



జ్ఞాన యోగం

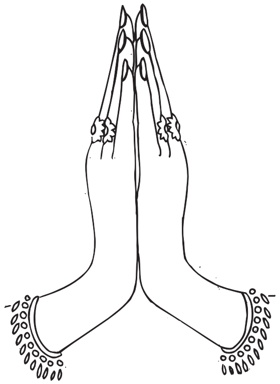
విచారణ

ఉపదేశసారం









ఓం శ్రీ రమణార్పణమస్తు

ఉపదేశసారము



మూలం :

భగవాన్ శ్రీరమణ మహర్షి

వ్యాఖ్య :

డా॥ పి.వి.యస్. సూర్యనారాయణరాజు

ఉపదేశసారము

1st edition : 1000 Copies
శ్రీ రమణ జయంతి, సర్వధారి, జనవరి 11, 2009

Rs. 30/-

Published by :
Dr. P.V.S. Suryanarayana Raju
Syamala Children Hospital
5-8-16, Park Street
NARSAPUR - 534 275, W.G.Dt., A.P., India
✆ 08814 - 273430
e-mail : drrajunsp@yahoo.co.in

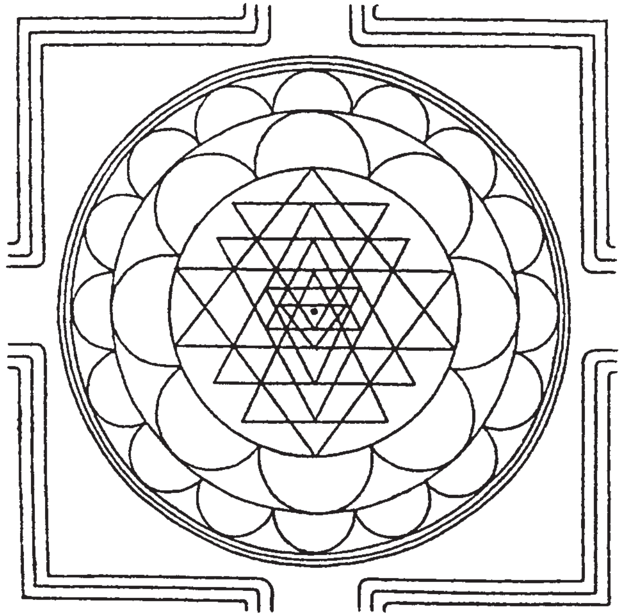
Cover page Designed by
Dr. P.V.S. Suryanarayana Raju
at :
Ananya Graphics
PALAKOL
9397151342

Printed at :
Sri Bhavani Offset Printers
PALAKOL - 534 260, W.G.Dt., A.P., India
✆ 08814 - 228858 9848716747

- 1A -

మా ఇతర ప్రచురణలు

1.	సత్యాన్వేషణ - సత్య దర్శనం	
2.	నిజ విచారణ	Rs. 30/-
3.	అహంభావము - సంస్కారములు	Rs. 15/-
4.	దివ్య పురుషుడు భగవాన్ శ్రీ రమణ మహర్షి	Rs. 10/-
5.	The Art of Self-enquiry	Rs. 50/-
6.	"నేను ఎవడను?"	Rs. 30/-



శ్రీ చక్రము



ఉపదేశసారానికి భగవాన్ చెప్పిన ఫలశ్రుతి

1. ఈ ఉపదేశసారాన్ని పారాయణ చేసినవారు ఆత్మలో నిలకడ చెందుతారు. సకల దుఃఖాల నుండి విముక్తి చెందుతారు. శాశ్వతానందం వరిస్తుంది. ఈ విషయంలో ఎట్టి సందేహం లేదు.

2. ఓ భక్తులారా! మీరు భక్తితో ఉపదేశసారాన్ని పారాయణం చేస్తే ఎన్ని కష్టాలైనా మిమ్మల్ని ఏమీ చేయలేవు, వాటంతటవే తొలగిపోతాయి. ఆనందం మీ హృదయంలో పొంగుతుంది. ఉపదేశసారం పఠిస్తూ చప్పట్లు చరుస్తూ నృత్యం చేయండి.



నర్తన గణపతి

గణపతి పూజ

అగణిత ఫణిఫణ మణిగణ కిరణై
రరుణిత నిజతను రవితట వదన
తటతట లుట దళికుల వినదా
గణపతి రభిమత మిహదిష తనుః

లంబోదర వర కుంజా వస్థిత కుంకుమ వర్ణధరం
శ్వేత శృంగం పీనసుహస్తం ప్రీతిత సఫల ఫలం
నాగత్రయయుత నాగవిభూషణ నానాగణపతితం
తత్తన్ నానాగణపతితం

అంకితం

భగవాన్ శ్రీ రమణ మహర్షికి శ్రీ రమణ జయంతి సందర్భముగా

కం॥ పారావార సముందును
తీరెరిగిన యోగి మంచి తేజోనిధికిన్
శ్రీ రమణన కంకితముగ
పేరున్ కోరక నొసగెద వినయముతోడన్

కం॥ మదితలచిన భావంబులు
ముదమందగ రచనజేసి ముచ్చట మీరన్
పదపడియ చ్ఛొత్తించితి
కుదురుగ చదువుండు మీరు కోర్కెలు తీరున్

ఆ॥ వేదవిదుడ గాను వేదాంతినేగాను
పైకి చెప్పలేని పలుకులేవో
గిలికి నట్టినన్ను గేలిచేయక మీరు
ఆదరింపుడయ్య ఆర్యుఃలారః

బుధజన విధేయుడు

డా॥ పి.వి.యస్. సూర్యనారాయణరాజు

అగుటచేత ఆత్మకు బంధముక్తులు లేవు. తన స్వరూపము ఎఱుంగ కుండుటయే బంధము (self-ignorance is bondage), దాని నెఱుంగుటయే ముక్తి (self-knowledge is release from bondage). అది సహజమైన పిమ్మట బంధ స్మరణ పోవును. బంధ స్మరణ పోయిన తక్షణమే ముక్తి స్మరణము పోవును. అట్టి స్థితి బంధముక్త్యతీతమై యుండును. బంధం, మోక్షం మనోవికారములు (bondage and release from bondage are only mental modifications, both are illusory).

వ్యాఖ్య :

బంధము, ముక్తి అజ్ఞాన జనితమైన మనస్సుకే. బంధము, మోక్షము రెండూ అజ్ఞాన జనిత భ్రాంతులే. పరవస్తువు బంధమోక్షములకు అతీతమైనది. జీవుడు బంధమోక్షములకు అతీతమైనప్పడు పరమ సుఖ స్వరూపమైన ఆత్మజ్ఞానంతో దైవత్వాన్ని పొందుతున్నాడు. ఇక్కడే ఇప్పడే అజ్ఞాన నివృత్తి పొందినవాడు తన స్వరూప తత్వాన్ని ఇక్కడే ఇప్పడే గ్రహిస్తున్నాడు.

ఈ బంధము నుండి విముక్తి పొందేదెవరు అనే విషయాన్ని చివరి శ్లోకంలో భగవాన్ వివరిస్తున్నారు.

30. అహ మపేతకం నిజవిభానకమ్।
మహ దిదం తపో రమణ వా గియమ్॥

తా॥

అహంకారమడంగి "అహం" నేను అనునది లేని స్వానుభవ నిష్ఠయే (మహాముద్ర) గొప్ప తపస్సు. ఇది మహా తపస్సు చేసిన రమణ మహర్షి యొక్క సత్యమైన అనుభవవాక్కు.

వ్యాఖ్య :

నిజవిచారణ వల్ల అహంభావం ("నేను దేహమును") పడిపోయి నిజమైన స్వరూపంగా మారిపోయినపుడు, స్వప్రకాశమానమైన శుద్ధచైతన్యంలో మూలతలంపు ఆత్మాకారం చెందుతుంది.

నేను అనునది లేకుండా తాను తానుగా భాసించుటయే తత్త్వము (self-effulgent amness). ఇది మహా తపస్సు చేసిన రమణ మహర్షి యొక్క సత్యమైన అనుభవ వాక్కు.

ఇవి మహత్తరమైన తపస్సులో భగవాన్ శ్రీ రమణ మహర్షి తాము గ్రహించి సాధక లోకానికి సమర్పించిన తపోజన్య వాక్యములు.

అహంకారంతో వ్యవహరిస్తూ ఉంటుంది. అజ్ఞానం నశిస్తే తాను తానుగా శుద్ధచైతన్య తత్వమై భాసిస్తుంది.

ఇప్పుడు భగవాన్ శుద్ధచైతన్య స్థితి ఎలా ఉంటుందో తరువాతి శ్లోకంలో వివరిస్తున్నారు.

28. 'కిం స్వరూప'మి త్యాత్మదర్శనే।
అవ్యయాఽ భవాఽ ఽ పూర్ణచిత్సుఖం॥

తా॥

తన రూపమేదియని అనగా తన స్వరూపమిట్టిదని తాను తెలిసికొనినప్పుడు తానే గొప్పదియు, చిత్తును (జ్ఞానమే స్వరూపముగా కలది), తుది లేనిదియు, అది కానరానిదియు, అఖండపూర్ణమైన సుఖ స్వరూపమని తెలియును, అనగా అనంతము, అఖండము, చైతన్య సుఖము తానుయని అనుభవమగును. అది ఆద్యంతములు లేని సచ్చిద్రూపముగా, అఖండ చిదానంద ఘనస్వరూపముగా తెలియవస్తుంది. అది సుఖ దుఃఖ రహితస్థితి (it is a state where there is neither pleasure nor pain).

వ్యాఖ్య :

స్వరూపం (Consciousness is devoid of any form) లేని ఆత్మను దర్శించినప్పుడు అది అవ్యయమని (inexhaustible), నాశనం లేనిది (indestructable) కనుక పుట్టుక లేనిదని (birthless), అది పొందబడేది కాదు (it is not a thing to attain) కనుక చిత్ అని, దాని స్వరూపం సుఖమని, అది అంతటా నిండి నిబిడీకృతమై (all pervasive) అఖండాకార చైతన్యముగా (unitary consciousness) వ్యాపించియున్నదని మనకు బోధపడుతుంది.

అట్టి ఆత్మ బంధమోక్షాలకు అతీతమైనదని తరువాతి శ్లోకంలో భగవాన్ వివరిస్తున్నారు.

29. బంధముక్త్యతీ తం పరం సుఖమ్।
వింద తీహ జీవస్తు దైవికః॥

తా॥

తన్ను తానెఱింగిన పుణ్యాత్ముడు బంధముక్తులు లేని పరమ సుఖ సిద్ధిని పొందును. ఆత్మ ఆద్యంత రహితము (it is without a begining and ending), సచ్చిదానంద స్వరూపము (existence, consciousness, bliss), నిత్యము (eternal)

పరిచయం

ఉపదేశం అనగా ఒక వస్తువును దాని స్వస్థానానికి చేర్చుట అని. మనస్సు ఆత్మ స్వరూపం నుండి వచ్చిన ఒక చైతన్య రశ్మి (conscious Particle). అట్టి మనస్సు మాయాకార్యము వల్ల అజ్ఞానావృతమై (ఆత్మ జ్ఞానం లేని స్థితి) తన మూలమైన శుద్ధ చైతన్యమును మఱచి, అనాత్మతో తాదాత్మ్యం పొంది దేహేంద్రియ బుద్ధ్యాదులే తన స్వరూపమని తలుస్తూ, జగత్తు తనకు విడిగాను, వ్యతిరిక్తముగాను ఉన్నదని తలచి, భేద బుద్ధితో జడమైన జగత్తులో విషయనిష్ఠతో సుఖంకోసం అన్వేషించి, శాశ్వత సుఖము పొందక ఎల్లప్పుడూ దుఃఖము ననుభవిస్తోంది. ఈ నిరంతర దుఃఖమునకు కారణమేదియని విచారించి, శాశ్వతానందము కొఱకు ఎల్లప్పుడూ ప్రయత్నించును. ఈ సందర్భములోనే ఈ దుఃఖపడే "నేనెవడను?" అని విచారణ ప్రారంభించినపుడు ఈశ్వర కృప వల్ల తన స్వరూపమును కప్పి మూసివేసిన పంచకోశములు తాను కాదని బోధపడి, పంచకోశములలో బంధింపబడిన మనస్సు తాను చైతన్య స్వరూపుడనని ఎఱింగి, తన మూలమును అన్వేషించి శుద్ధ చైతన్యము తన మూలమని గ్రహించి దానిలో స్థితి పొంది స్వస్థత నొందును. మనస్సు తన స్వరూపమును ఎడతెగక పర్యాలోచన చేస్తే (uninterupted quest about its essential nature), శుద్ధ చైతన్యమునకు విడిగా మనస్సు లేదని తెలిసి, మనస్సు ఆత్మాకారం చెంది అనంతము, అఖండము, చైతన్య సుఖము తానుయని అనుభవమగును. భగవాన్ శ్రీ రమణ మహర్షి మహా తపస్సు చేసి, శుద్ధ చైతన్యంలో స్థితిపొంది తన ఆత్మానుభవమును ఉపదేశసారములో ముప్పయి సూత్రాల ద్వారా, అనాత్మలో ఇరుక్కున్న మనస్సును శుద్ధచైతన్యానికి ఎలా చేర్చాలి అనేది అనుభవపూర్వకముగా వివరించారు. అజ్ఞానావృతమై ఎల్లప్పుడూ దుఃఖముగా ఉన్న మనస్సుకు, స్వరూపజ్ఞానం పొందించి, మనస్సును ఆత్మాకారము చేసి, మనస్సును సుఖస్వరూపము చేయుటయే ఈ ఉపదేశసారము యొక్క ఉద్దేశ్యము. ఉపదేశసారము బ్రహ్మము వద్దకు జీవుని చేర్చే బ్రహ్మవిద్య. ఇది దర్శన గ్రంథము, అంటే పరతత్వమును పొందే మార్గాన్ని నిర్దేశించే గ్రంథము. ఇది భగవాన్ శ్రీరమణమహర్షి ఆత్మానుభూతి సారం.

పూర్వం దారుకావనంలో కొందరు ఋషులు యజ్ఞయాగాది క్రతువులొనర్చి దివ్యశక్తులు సంపాదించారు. అవే మోక్షప్రాప్తికి, శాశ్వతానందానికి సాధనాలవు

తాయని అనుకొన్నారు. కర్మనే సర్వముగా, గమ్యముగా భావించారు. కర్మ వల్ల కర్మఫలం, దానిని అనుభవించటం, ఆ అనుభవం వాసనగా మారటం వల్ల, ఆ వాసన తిరిగి కర్మను ప్రేరేపిస్తుంది తప్ప కర్మ మోక్షానికి దారి తీయదు. కర్మ దేశకాలాలకు (Time and space) లోబడి ఉంటుంది. మోక్షము దేశకాలాలకు సంబంధించినది కాదు, ఋషులకు ఈ విషయాన్ని తెలియజేయటానికి శివుడు బిక్షురూపంలో ప్రత్యక్షమైనాడు. విష్ణుమూర్తి కూడా ఒక అందాలరాశియైన స్త్రీ రూపంలో శివుని వెంట వచ్చాడు. ఋషులందరూ స్త్రీ మూర్తిని చూసి మోహితులై నందున వారి మనస్సులు చలించి అస్తవ్యస్తమై యజ్ఞాది క్రతువులు భంగమయి, దివ్యశక్తులు క్షీణదశను పొందాయి. ఋషిపత్నులు భిక్షురూపములోనున్న సుందరాకారుడైన శివుని చూసి మోహపరవశులయ్యారు. ఇది గమనించి కోపించన ఋషులు తాంత్రిక విద్యలను ప్రయోగించి ఒక ఏనుగును, పులిని సృష్టించి శివునిపై ప్రయోగించారు. శివుడు వాటిని అలవోకగా పరిమార్చాడు. అప్పడు ఋషులు శివుని పాదాక్రాంతులై తమకు జ్ఞానోపదేశం చేయవలసినదిగా వేడుకొన్నారు. కర్మలవల్ల మోక్షం లభించదని, ఆత్మవిచారణ వల్ల మాత్రమే లభిస్తుందని శివుడు వారికి బోధించాడు.

ప్రసిద్ధ తమిళ కవియైన మురుగనార్ ఈ పురాణగాధను తమిళ పద్యాలలో వ్రాస్తూ, శివుడు ఋషులకు జ్ఞానోపదేశం చేసే ఘట్టం రాగానే ఆగిపోయాడు ఆయన. భగవాన్ శ్రీ రమణులను సమీపించి, శివుని ఈ ఉపదేశామృతాన్ని వ్రాసి పెట్టవలసిందిగా అర్థించాడు. ఆయన అభ్యర్ధన మేరకు 30 తమిళ పద్యాలలో భగవాన్ దానిని రచించారు. తరువాతి కాలంలో భగవాన్ ఈ పద్యాలను సంస్కృతం, తెలుగు, మళయాళ భాషలలోనికి స్వయంగా అనువదించారు. సంస్కృత ఉపదేశసారాన్ని భగవాన్ సన్నిధిలో రోజూ వేద పారాయణ సమయంలో గానం చేసేవారు. ఇప్పడు కూడా శ్రీ రమణేశ్వరలింగ మహాసన్నిధానంలో నిత్యమూ దీని పారాయణ కొనసాగుతూనే ఉంది. అంటే ఇది వేదతుల్యము, ప్రామాణికము అయిన శాస్త్ర గ్రంథంగా పరిగణింపబడుతూ ఉంది. ఈ గ్రంథంలో శ్రీ రమణులు మోక్ష ప్రాప్తి కరములయిన వివిధ మార్గాలను గూర్చి సోపాన క్రమంగా వివరించి, ఆత్మ విచారణ ఒక్కటే సర్వాధికమైన మోక్ష మార్గమని బోధించారు.

భగవాన్ శ్రీ రమణ మహర్షి జయంతి

11 జనవరి, 2009

- డా॥ పి.వి.యస్. సూర్యనారాయణ రాజు

నిర్వాసనత్వమే మౌనము, మాటలాడకుండుటకాదు. ఇట్టి పరమ మౌన స్థితి. బ్రహ్మ జ్ఞానులకు సహజ సిద్ధమైయున్నది.

నిద్రలో అహంభావం వదిలి శూన్యతలోకి వెళ్ళేందుకు మనస్సు ఉవ్విళ్ళూరి, దానికి తగిన ఏర్పాట్లు చూసుకొంటుంది. ఎఱుకలో పరమానంద రూపమైన విశుద్ధ చైతన్యంలో లీనమవటానికి అహంభావం తన ఉనికి ఉండదని భయపడి ప్రతిఘటిస్తుంది.

ఆత్మ స్వరూపజ్ఞానం ఎవరికి అనే సంశయాన్ని నివారించేందుకు, తరువాతి శ్లోకంలో భగవాన్ వివరణ ఇస్తున్నారు.

27. జ్ఞానవర్జితా ఉ జ్ఞానహీనచిత్।

జ్ఞాన; మస్తి కిం జ్ఞాతు మంతరం?

తా॥

జ్ఞానము, అజ్ఞానము మనస్సుకి సంబంధించినది, అట్టి మనస్సు ఆత్మలో స్థితి పొందినపుడు జ్ఞాన, అజ్ఞానముల ప్రసక్తి ఉండదు. జ్ఞానానికి, అజ్ఞానానికి వెలుగునిచ్చే ఆత్మను తెలుసుకొనుటకు వేరొక జ్ఞానము అవసరమా?

వ్యాఖ్య :

సర్వలోకానుభవములందును వేర్వేఱుగా విషయము, దానిని తెలిసుకొను జ్ఞానమును భాసించును (Seer-seeing-seen). ఆత్మానుభూతియందు ఆత్మయే విషయమై పోవుచుండ దానిని తెలుసుకొన వేఱు జ్ఞానము త్రిపుటి ఎచ్చటనుండి వచ్చును అని తాత్పర్యము. అందువలననే ఆత్మానుభూతి అనిర్వచనీయము (self-experience is unexpressible). త్రిపుటీ విభాగమే నిర్వచనమునకు ఆధారము (trinity is the basis for defining). ఆత్మలో ఎఱుగుటకు, తెలుపుటకు అన్యమైనదేదీ లేక, తనకు తానే వెలుగు తత్వము.

అజ్ఞానాన్ని నివారించాలంటే మూలతలంపుకు ("నేను దేహమును") తన నిజస్వరూపమైన ఆత్మజ్ఞానాన్ని బోధపరచాలి. అపుడు అది తన అజ్ఞానం వల్ల ఏర్పడిన ప్రత్యేకతను, అహంకారాన్ని కోల్పోయి కాలిన తాడు వలె ఉంటుంది. అటువంటి తాడు దేనిని బంధించడానికి ఉపయోగపడదు. కాల్చబడిన తాడుకు ఆకారం ఉన్నా అది నిజం కాదు. అట్లే "దేహము నేను' అనే తలంపు జ్ఞానాగ్నిలో పడకముందు తను ఒక ప్రత్యేకమైన ఉనికి ఉన్నట్లుగా భావిస్తూ, నేను కర్తను నేను భోక్తను అనే

ఇంద్రియములుగాను, మనస్సుగాను, జగత్తు గాను జనులు తలచి భ్రమపడు చున్నారు. స్వస్వరూపమును స్మృతికి రానీయకుండుట (self-ignorance) అజ్ఞాన కార్యము. ఇది ఆవరణ దోషము. మనస్సు చలించి విషయాదులందు ప్రవర్తించుట విక్షేప దోషము వలన. దేహాదులయందు ఆత్మభావమును కలిగించుట మలరూప దోషము వలన, జీవునకు అజ్ఞానావృత బుద్ధ్యుపాధిచేతనే ఈ మూడు దోషములు కలుగుచున్నవి.

ఈ మూడు దోషాలు పోవాలంటే మనస్సు ఆత్మలో స్థితి పొందాలి. మనస్సు ఆత్మలో స్థితి పొందినప్పుడు ఏమౌతుందో తరువాతి శ్లోకంలో భగవాన్ వివరిస్తున్నారు.

26. ఆత్మసంస్థితిః స్వాత్మదర్శనమ్।
ఆత్మనిర్ద్వయా దాత్మనిష్ఠతా॥

తా॥

తాను తానుగా నుండుటయే తన్నెఱుంగుట లేక తన స్వరూపమున తెలియుటయగును. మనస్సు తన స్వస్థితిని గని అందు నిలిచి యుండుట వలన ఉండే ఆత్మైక్యానుభూతి వలన ఆత్మనిష్ఠ కలుగుచున్నది. అట్టి తన్మయ నిష్ఠలో తాను రెండుగా భాసించుట ఎట్లు సాధ్యమగును? నిష్ఠానుభూతిలో జీవేశ్వర భేదము పూర్తిగా పోవునని తాత్పర్యము.

వ్యాఖ్య :

మనస్సు ఆత్మయందు స్థితి కలుగుటచే మనస్సు ఆత్మాకారంచెంది స్వస్వరూప ఆత్మగా వెలుగొందుతుంది. ఏకమైన (unitary) ఆత్మ తత్త్వమందు రెండవది లేనందున దానిలో మనస్సు సదాస్థితి (నిష్ఠ) కలిగియుండును.

నేనుగా మాత్రమే ఉనికి కలది (I amness) నిజఅహం (real I). "నేను దేహమును" అని లేచి పడిపోయేది కాల్పనిక వృత్తి ("I-am-the-body-idea" is only a mental modification. It is in the perview of imagination only), మూల తలంపు (Primal thought on which all other thoughts are dependent).

ఆత్మ ఏకముగా ఉంటుంది కాబట్టి అక్కడ ద్వయం ఉండదు, భేదబుద్ధి ఉండదు. త్రిపుటి ఉండదు. త్రిపుటి రహిత జ్ఞానమునకు అజ్ఞానముండదు.

పరబ్రహ్మమందు బుద్ధి విలయము చెంది, దానిలో విశ్రమించి, సకల దృశ్యమును దూరీకరించి ఉదాసీన భావముతో నుండుట మౌనమనబడును.

1. కర్తురాజ్ఞయా ప్రాప్యతే ఫలమ్।
కర్మ కిం పరం? కర్మ త జ్జడం ॥

తా॥

భగవదాజ్ఞానుసారము కర్మఫలము లభించును. కర్మము పరమగుదైవమా? కాదు. కర్మ జడము (Action is insentient. Action per se has no ability to confer the fruit of action).

వ్యాఖ్య :

ఆనందాన్ని పొందాలనే కోరిక ప్రతీ మానవునికే సహజం. ఆ ఆనందప్రాప్తికి అతడు భౌతిక సుఖభోగాలకై అర్రులు చాస్తాడు. ఎల్లప్పుడూ దుఃఖఛాయతో నుండే భౌతిక సుఖం వల్ల శాశ్వతానందం కలుగుతుందా! అసలు శాశ్వతానందం కర్మజనితమా! తన కర్మణ్యతవల్ల, క్రియాశీలతవల్ల సుఖసంతోషాలూ, ఆనందమూ కలుగుతాయని మనిషి భావిస్తాడు. అతిశయ శక్తియైన దైవం మీద విశ్వాసం ఉంచనవసరము లేదని భావిస్తాడు. కర్మకే ఫలోత్పాదక సామర్థ్యం (ability to confer fruit of work) ఉంటే ఆదికారణము, సృష్టికారకము, జగన్నియామకము కూడా దైవము కాకుండా కర్మే అయి ఉండాలి. మనిషి చేసే కర్మ అజ్ఞాన జనితము. అజ్ఞానము జడము కనుక అతడు చేసే కర్మ జడము (Action is born out of ignorance. Ignorance is insentient. So action is insentient). కర్మనాచరించే వ్యక్తి కర్త కాదు (Performer of work is not the doer. So fruit of action is not in his hands). అందుచేత ఫలం ఎలా ఉండాలి అనేది అతని చేతిలో లేదు. మనిషి చేసే కర్మలో స్వీయచింతన (స్వతంత్ర ఆలోచన free will), స్వయంవరణ (తనంతటవరించు), స్వయంచాలక (స్వతంత్రంగా చలించటం), స్వయంప్రేరక (స్వయంగా ప్రేరేపించే శక్తి), స్వయంవర్ధన (స్వతంత్రంగా వృద్ధి పొందటం), స్వయం నిర్ణాయక (సొంత నిర్ణయాలు) గుణాలుండవు. మనిషి చేసే కర్మ సాధనము మాత్రమే. దానికి గల చాలకశక్తి ఇతర శక్తుల వంటిదే.

వస్తుతః జీవుడు, లోకము, ఈశ్వరుడు ఒకటే. విషయ సౌకర్యముకొరకు మతములు ఈశ్వరుని జీవుడుగను, జగత్తుగను ఆయా సందర్భములను బట్టి చెప్పచున్నారు. అహంకారమున్నంతవరకు మూడూ వేర్వేరుగా తోచును. నేను అనే చెప్పకొనే జీవుడు లేకపోతే, అనగా అహంకారము నశించితే దానితో వచ్చిన జగత్తు దానితోపాటే అదృశ్యమై ఈశ్వరుడు శేషించును. ఈ విధముగా మూడు

ఎప్పుడూ మూడు కాదు, ఒక్కటే. ప్రపంచాన్ని సృష్టించిన వానికి దానిని సంరక్షించటమెలాగో తెలుసు. మన భారాన్ని మనమే మోస్తున్నామనేది (doership and enjoyership) బుద్ధి తక్కువ ఆలోచన. నీ చింతలనూ, బరువు బాధ్యతలనూ ఈశ్వరుడే మోస్తున్నాడు. కానీ మనమే మోస్తున్నట్లు ఊహించుకొంటున్నాము. అందుచేత కర్తృత్వము ఒక ఊహమాత్రమే (doership is only an imagination). మనకు అవసరమైన బలాన్నిచ్చేది కోరిక కాదు, ఈశ్వరుడు. ఈశ్వరుని అనిర్వచనీయ శక్తి సర్వాన్నీ శాసిస్తూ పోషిస్తూ నియంత్రిస్తున్నది కనుక మనకు కర్తృత్వబుద్ధి ఏమాత్రం ఉండకూడదు. కర్తృత్వ బుద్ధి ఒక భ్రాంతి. ఈశ్వరుడే కర్మలయొక్క శుభాశుభఫలములనిచ్చును. జగన్నియామకుడై ఉన్నాడని, అతడే పరుడని, కర్మ శుభాశుభ ప్రదత్వమున స్వతంత్ర శక్తి అసంభవమని, జడముగా నుండుట వలన అది ఎన్నటికి పరము కాజాలదని భగవాన్ తెలుపుచున్నారు. కర్మకున్న శక్తి స్వాభావికమా! స్వాభావికం అయితే దైవమే అవుతుంది. కర్మము భగవంతుని సృష్టిలోని ప్రాణుల ధర్మము.

వ్యావహారిక జగత్తుకు సంబంధించి ఇచ్ఛాశక్తి (volition) జ్ఞానశక్తి (knowledge to perform the action) క్రియాశక్తి (energy to perform the action) ఈశ్వరునివి. ఈ మూడింటిని అంతఃకరణము తనమీద ఆరోపించుకొని కర్తృత్వ, భోక్తృత్వ భ్రాంతి పొందుచున్నది. జీవునికి (అబద్ధపు నేను) (flase "I") స్వతంత్రముగా ఇచ్ఛాశక్తి (free will) గాని, స్వతంత్ర జ్ఞానము గాని, క్రియాశక్తిగాని లేవు. కాని వ్యావహారిక దృశ్యము నుండి మానసికముగా దూరముగా ఉండేందుకు స్వేచ్ఛ, స్వతంత్ర్యము ఉన్నది. అందుచేత కర్త మనము అనే అహంభావాన్ని మొదటి శ్లోకంలోనే భగవాన్ ఖండించారు. సృష్టి చూడండి. అనేక గ్రహాలు కక్ష్య తప్పకుండా, కాలానుగుణంగా గతి తప్పకుండా తిరుగుతున్నాయి. ఇవన్నీ ఒక శక్తి మూలంగా తిరుగుతున్నాయి. సూర్యచంద్రులు కాలానుగుణంగా ఉదయించి అస్తమిస్తున్నాయి. వీటిన్నటినీ నడిపించే శక్తిని ఈశ్వర శక్తి అంటాము. అతడే ఈ సృష్టికి కర్త. అతని ఆజ్ఞ ప్రకారమే ఆబ్రహ్మ పిపీలికాది పర్యంతం కార్యం చేస్తున్నాయి. కాని ఆ కర్మ మనము చేసినట్లు ఆపాదించుకొంటున్నాము. జడమైన అజ్ఞానము ద్వారా జరిగే కర్మ కూడా జడం, దానికి ఫలాన్నిచ్చే శక్తి లేదు. కర్తయైన ఈశ్వరుడొక్కడికే కర్మఫలానిచ్చే శక్తి కలదు.

ఎంతవరకు జీవుడు పరబ్రహ్మకన్నా వేరుగా తలంచుచున్నాడో అంతవరకు అతను కర్మబద్ధుడై మోహము చెంది, జనన మరణ సంసారమును పొందుచున్నాడు. జీవేశ్వర భేదము అజ్ఞానము, అభేద జ్ఞానము సమ్యక్ జ్ఞానము. జీవబ్రహ్మ అభేద జ్ఞానముచే మోక్షము సిద్ధించును. కర్మకోటులచే బంధవిమోచనము కాజాలదు.

జీవాత్మ అనాత్మ పదార్థములతో అభిమానముచే తాదాత్మ్యము పొందియున్నాడు. విచారణతో అనాత్మ పదార్థముల నుండి చిదాభాసుని వేరుచేయవలెను.

ఈశ్వరుడు ఒక వేషం. దానిలోనే జీవుడు మరో వేషం. ఇప్పుడు జీవుడు తన స్వస్వరూపాన్ని దర్శిస్తే, అదే స్వరూపము ఈశ్వరునిది అని తెలిసి జీవేశ్వర అభేదబుద్ధి కలుగుతుంది. జీవేశ్వరులలో ఏకతత్త్వమై వెలుగొందే ఆత్మ చైతన్యమే పరమ సత్యమని భగవాన్ తరువాతి శ్లోకంలో వివరిస్తున్నారు.

25. వేషహానత స్వాత్మదర్శనమ్।
ఈశదర్శనం స్వాత్మరూపతః॥

తా॥

ఉపాధుల చేత మూతపడియుండు తన స్వరూపమును, ఉపాధులు తాను గానని తాదాత్మ్యము వదిలి, ఆ ఉపాధులందు వెలిగెడు తన స్వరూపమును తెలిసినట్లయిన తానుగా వెలుగునట్టి ఈశతత్వమును దర్శించును, అనగా తానే స్వయముగా ప్రకాశించునట్టి ఈశ్వర స్వరూపమని తెలుసుకొనును.

వ్యాఖ్య :

జీవుని ఉపాధి అజ్ఞాన సహితమైన అంతఃకరణము. ఆ ఉపాధి నాశనమైనప్పుడు, అజ్ఞానము నశించి స్వాత్మానుభవం కలిగి, ఆ స్వాత్మ రూపమే ఈశ్వర తత్త్వంగా జీవుడు గ్రహించి, ఈశ్వరునితో అభేదముగా ఉంటాడు. స్వానుభవసిద్ధ జీవబ్రహ్మైక్య వివేకాగ్ని, అవిద్యను కూకటివేళ్లతో దహించును.

సర్వాధిష్ఠాన పరబ్రహ్మమును వీక్షించగనే తనను మరుగుపరుచు, మిథ్యా జ్ఞానము కలిగించు అజ్ఞానావరణము నశించును.

మసక వెలుతురులో తాడు దండయని, జలధార యని, భూరేఖయని, పామని నానావిధముగా తోచునట్లు, అజ్ఞానావరణమువల్ల ఆత్మను దేహము గాను,

జీవునందుగల వ్యష్టి (Individual) కించిజ్ఞత్వాది (Limited consciousness) రూపగుణోపాధులు (Name and form) కడద్రోచిన, అందు ప్రకాశించు ఆత్మ మాత్రము మిగులును. ఈ విధముగనే ఈశ్వరునందు గల సమిష్టి (Collective consciousness) సర్వజ్ఞత్వాది (Omniscient) రూపగుణోపాధుల (Name and form) నావల ద్రోచిన అందు వెలుగుచుండు ఆత్మ మాత్రము మిగులును. ఇట్లు ఉపాధుల మినహాయింపగ, మిగులునట్టి ఆత్మ ఏకమగుటంజేసి, ఇందొప్పచుండు ఆత్మ ఒక వస్తువేయని తెలియదగును. శివజీవులు భిన్నములను తలంపునకు ఉపాధి జ్ఞానము గుఱుతులే కారణమని స్పష్టముగా తెలియును. జీవేశ్వరు లిద్దఱును సత్స్వరూపములై యుండుటచే ఏక వస్తువై యున్నారు.

వ్యాఖ్య :

ఈశ్వరునికి, జీవునికి నామరూప స్థాయిలో భేదముంది. ఈశ్వరుడు మాయా, మహదాదులనే కారణోపాధి (Primal body) కలవాడు. జీవుడు పంచకోశములనే కార్యోపాధి (Instrumental body) కలవాడు. కార్య, కారణ ఉపాధులే జీవత్వ, ఈశ్వరత్వ వ్యవహార ప్రయోజకములు. పర బ్రహ్మ యందు జీవుడు, ఈశ్వరుడు అను రెండు ఉపాధులు కల్పించబడినవి.

ఒకే వస్తువును మట్టి, కుండ అని వ్యవహరించి నట్లు, ఒకే పరమాత్మను పరబ్రహ్మమని, జగత్తని వ్యవహరించుచున్నారు.

మాయా విశిష్ట చైతన్యము (sattwic modification of pure consciousness) ఈశ్వరుడు. అవిద్యా విశిష్ట చైతన్యము (Reflected consciousness contaminated by Rajoguna - Active principle and Tamoguna - Inert ingorant principle) జీవుడు. జీవేశ్వర జగదాదులు మాయా కల్పితములు. జగత్తు, జీవుడు, ఈశ్వరుడు "నేను" (flase "I") యొక్క భావనలు. సుషుప్తిలోను, సమాధిలోను ఆ భావనలు ఉండవు. జీవునిలోను, ఈశ్వరునిలోను సద్వస్తువు ఒకటే.

బుధ్ద్యుపాధి వలన జీవునికి పరిమితి కలిగినది. జీవత్వము బుద్ధికృత దోషము.

జీవ బ్రహ్మైభేద జ్ఞానముచే విచారించి, విచారించి జీవాత్మను పరమాత్మగా తెలిసినచో జీవబుద్ధి నిశ్శేషముగా నశించును. కర్మోపాసనలచే జీవ బ్రహ్మలు వేరు అను భేదజ్ఞానముచే జీవభావము పోదు.

కర్మ అలౌకిక ఆనందాన్ని, నిరతిశయానందాన్ని, స్వరూపానందాన్ని ఇవ్వలేదు. కర్మ వల్ల దుఃఖరహిత స్థితి కలుగదు. జీవునికి కర్మ చేయుటకే స్వేచ్ఛ ఉన్నది. కర్మ ఫలాన్ని శాసించే సమర్థత లేదు.

కస్తూరి మృగం తన బొడ్డు నుంచి వచ్చే సుగంధం బయట నుండి వస్తోంది అని భ్రాంతి పడి ఆ సువాసన ఎక్కడనుండి వస్తోందో తెలుసుకోవ టానికి పిచ్చిగా తిరుగుతుంది. అట్లే అజ్ఞానావరణలో ఉన్న జీవునికి తనలో ఉన్న స్వరూపానందం బోధపడక, ఆనందం కోసం బాహ్యంలో వస్తువులలో వెదకి, అనేక కర్మలు చేసి అనిత్యమైన సుఖదుఃఖాలను పొంది కర్మ సముద్రంలో పడి జనన మరణ సంసార చక్ర భ్రమణంలో చిక్కుకొంటున్నాడు. అజ్ఞాన జనితమైన కర్మ అజ్ఞానాన్ని నాశనం చేయలేదు.

కర్మ అశాంతిని, బంధాన్ని పెంచుతుందని తరువాత శ్లోకములో భగవాన్ వివరిస్తున్నారు.

2. కృతిమహో దధౌ పతన కారణమ్।

ఫల మశాశ్వతం గతినిరోధకం॥

తా॥

కర్మఫల మశాశ్వతమై తిరిగి కర్మసముద్రమునందుఁ బడుటకుఁ గారణ మగుచున్నది. అందువల్ల అది శాశ్వతగతిని అనగా మోక్షమును నిరోధించుచున్నది.

వ్యాఖ్య :

అజ్ఞాన జనితములైన కర్మలు అజ్ఞానమును నశింపలేవు. అవి అజ్ఞానమును పోషించును. జీవులభిమాన యుక్తులై తాము చేసిన సుకర్మ ఫలమును స్వర్గాది భోగ రూపమున, దుష్కర్మఫలమును నరకవాస కష్టానుభవరూపమున నొందుదురు. ఆయా ఫలానుభవానంతరము, ఆ అనుభవ వాసనయే రాఁబోవు జన్మమునకుఁ గారణముగ లేక బీజముగా నేర్పడి, జనన మరణములనే అలలుగా కల కర్మసముద్రమున పడునట్లు చేయును. ఫలాపేక్షతో కూడిన కర్మ నరులను కర్మసముద్రము నుండి కడతేఱనీయదు. కర్మఫలము అంతరిస్తుంది. అయినా దాని అంకురం మిగిలి ఉంటుంది. అది జీవుణ్ణి కర్మసముద్రంలో పడద్రోస్తుంది.

సుఖదుఃఖములు వస్తూపోతూ ఉండేవే, క్షణికములే. భౌతిక సుఖములు శరీరస్థాయిలో తృప్తినిస్తాయి. కాల ప్రవాహంలో ఈ సుఖాలు వెగటుపుట్టిస్తాయి,

రోత కల్గిస్తాయి. వాటి పట్ల రుచి చచ్చిపోతుంది. ఆనందం అంటే భౌతిక సుఖానుభవం కాదు, ఆనంద ప్రాప్తికి భౌతిక సుఖాభిలాష త్రోవ కానేకాదు. క్షణిక భౌతిక సుఖాన్వేషణ వల్ల మనిషి మనస్సులో కామనాబీజములు అనంతంగా వృద్ధి చెందుతాయి. దానితో జీవాత్మ కలుషితమై బ్రహ్మానంద పద ప్రాప్తి నుండి వైదొలగుతుంది. బీజములంటే (వాసనలు అంటే) చేసిన పనులనే మరల మరల చేసే క్రొత్తగా కర్మలొనర్చేందుకు ప్రేరణ నిచ్చే సంస్కారము, అలవాటు, స్వభావము.

కర్మలు, కర్మఫలాలు మనిషికి తృప్తినివ్వవు. కర్మఫలములైన సుఖభోగాలు క్షణ భంగురములు, శాశ్వతానందము చేకూర్చేశక్తి భగవంతునికి ఉన్నది కాని కర్మకు ఆశక్తి లేదు. లోకంలో మనం చూచే, చేసే కర్మలు కామ్యకర్మలు, వాసనా దూషిత కర్మలు. అవి మనల్ని దారి తప్పించి, తప్పు దారి పట్టిస్తాయి, ఆనందానికి వ్యతిరేకదిశగా లాగుకొనిపోతాయి. కోరికలను తృప్తిపరచటం వల్ల అవి జీవం పోసుకొని, బలం పుంజుకొని వేళ్ళూని, మనస్సులోపల లోతుగా పాతుకొనుపోయి, ఇంకా వృద్ధి చెందుతుంటాయి. అవి అలవాట్లుగా మారి జీవుణ్ణి ఉక్కుపిడికిలిలో ధృడంగా బంధించివేస్తాయి. కామ్యకర్మల లక్షణం ఏమిటంటే అవి నిలదొక్కుకొని శాశ్వతంగా కొనసాగుతుంటాయి. జన్మజన్మల పర్యంతమూ కొనసాగుతుంటాయి. కర్మాచరణము, కర్మఫలానుభవము, ఇలా చర్విత చర్వణమౌతుంది. మృత్యు సమయంలో కర్మవాసనలూ సంస్కారాలూ జీవుణ్ణి అంటిపెట్టుకొని, వెంబడించి మరో జన్మకు కారణమౌతాయి. సంస్కారములు కర్మానుగుణ బీజరూపముగా ఉంటాయి. తగిన సమయంలో అవి మొలకెత్తి కోరికలై, భావములై స్వభావము లౌతాయి.

ముముక్షువు భగవంతునికి ప్రసన్నుడై ఉంటూ విధ్యుక్తధర్మాన్ని నిర్వర్తిస్తూ జీవితంలో తన పాత్రను తాను పూర్ణ విశ్వాసంతో పోషించాలి. ప్రగాఢ ముముక్షుత కల్గిన వివేకియైన గృహస్తుకూడా జీవితంలోని తన విధులను ఏమాత్రం ఫలాసక్తి లేకుండా, అన్నీ తన ప్రారబ్ధకర్మ వల్ల వచ్చినవే గనుక తననొక ఉపకరణంగా భావించుకుంటూ కర్తవ్యపాలన చెయ్యాలి. అట్టి కార్యాచరణ జ్ఞానమార్గానికి అడ్డంకి కాదు.

శాశ్వతమైన ఆనందం కోసం అనేక కర్మలు చేస్తాము. కాని దాని ఫలం అశాశ్వతం. కర్మకు మొదలు, తుది ఉంటుంది దాని వల్ల కలిగే సుఖ దుఃఖాలకు కూడా మొదలు తుది ఉంటాయి. అందుచేత అనిత్యము.

త్రిశరీర విలక్షణుడగును.

కోశములు జడములు, దృశ్యములు, ప్రకృతి వికారములు సర్వదా మారుచుండును. ఆత్మసాక్షి వాటి చేష్టలను ఉత్పత్తి లయములను సర్వదాకాంచును.

ఆత్మయే మనము కనుక ఆత్మతత్త్వాన్ని గ్రహించే వాడు ఉండడు. అది ఎలా సాధ్యపడుతుందో తరువాతి శ్లోకంలో వివరిస్తున్నారు భగవాన్.

23. సత్త్వభాసికా చిత్క్వ వేతరా?

సత్తయా హి చిత్, చిత్తయా హ్యహం॥

తా॥

స్వయం ప్రకాశమైన సత్పదార్థమును తెలుసుకొనుటకు వేఱు చిత్తెచ్చట నున్నది? లేదని తాత్పర్యము. కావున ఉన్నదే చిత్తగుచున్నది. అనగా ఉన్నదే స్వయం స్ఫురణ కలిగిన జ్ఞానము. కావున జ్ఞానముగానున్న ఆ వస్తువే "నేనై" యున్నాను. అనగా సత్తైన జ్ఞానమే తానని తాత్పర్యము.

వ్యాఖ్య :

స్వయం ప్రకాశంగల సత్పదార్థానికి చైతన్యము విడిగా లేదు. సత్స్వరూపమైన ఆత్మయే చైతన్యము. ఆ చైతన్యమే నేనుగా భాసించుచున్నది.

ఆత్మ ఉనికిని తెలుసుకొనేందుకు వేరే ఉపాధి అవసరము లేదు. తనను తానే గ్రహించగలదు. అస్తిత్వము, చైతన్యమూ రెండూ ఆత్మ తత్త్వానివే.

చిత్తే సత్తు. చిత్తే నిజమైన అహము.

భగవంతుడంటే మనకు కనబడకుండా ఏదో లోకములో ఉన్నాడనుకొంటాము. ఇంతవరకు భగవాన్ జీవుని తత్త్వం గురించి సవివరంగా విపులీకరించి జీవుని తత్త్వము ఆత్మ తత్త్వమే అని నిరూపించినారు. వచ్చే శ్లోకంలో జీవుని ఆత్మ తత్త్వమే ఈశ్వరుని ఆత్మ తత్త్వమని వివరిస్తున్నారు. జీవుడున్నంత వరకు ఈశ్వరుడుంటాడు. జీవభావన పోతే ఈశ్వర భావన కూడా పోతుంది.

24. ఈశ జీవయో ర్వేషధీ భిదా।

సత్స్వభావతో వస్తు కేవలం॥

తా॥

జీవులు, ఈశ్వరుడు ఇరువురూ ఉన్నారు. జీవుడు వ్యష్టి. ఈశ్వరుడు సమిష్టి. జీవేశ్వర భేదము శరీరాద్యుపాధుల వలన కలిగినది కాని వేఱుకాదు. అటుగాక

వేనిని నేనని భ్రమయుచున్నామో ఆ దేహము, ప్రాణము, ఇంద్రియములు, బుద్ధి, తమస్సు నేను గాను అని అసజ్జడములేయగును. ఏక సద్రూపమే నేను ఇదియే సోऽహం పద తాత్పర్యము.

వ్యాఖ్య :

శరీరము, ఇంద్రియములు, ప్రాణము, బుద్ధి, అజ్ఞానము నేను కాదు. అవన్నియు జడములు.

ఏ రంగూ లేనికాంతి స్ఫటికము ద్వారా ప్రసరించి నపుడు ఏడు రంగులు ఉన్నట్లు తోచుచున్నవి. రంగులు ఉన్నట్లు తోపింపజేయుట స్ఫటిక ధర్మము. అట్లే పరమాత్మ ప్రకాశము మనస్సు మీద పడినప్పడు ఆ పరమాత్మ ప్రకాశమే అనేకత్వముగా తోచుచున్నది. ఏ వికారము లేని పరమాత్మ వికార సహిత దృశ్యముగా తోచుచున్నది. ఇట్లు జరుగుట మనస్సు వలన.

బుద్ధికి మనస్సు, జ్ఞానేంద్రియములు కరణములు. ఇది జ్ఞానేంద్రియముల చేరికతో ఉన్నందువల్ల జడము, పరిచ్ఛిన్నము. దీని వికారములను చిదాభాసుడు గ్రహించుచున్నాడు కనుక ఇది దృశ్యము. ఇది ఇతర కోశములందుండి తప్పి చరించుచున్నది. ఇష్ట వస్తు దర్శన, లాభ, అనుభవములందు, బుద్ధి అంతర్ముఖమై ప్రియ, మోద, ప్రమోద వృత్తులుగా నుండును. ఇష్ట వస్తు ప్రాప్తిచే బుద్ధి స్ఫుట (స్పష్ట) మగుచున్నది. అది పోయిన అస్ఫుటమగుచున్నది. జీవుడు జాగ్రద్దశలో బుద్ధి వృత్తితో ఆనందమనుభవించుచున్నాడు. అది స్థిరము కాదు. ఆ ఆనందమును వస్తువులందారోపించు చున్నాడు. ఆ ఆనందము వచ్చుచు పోవుచునుండును. సుఖదుఃఖములు పంచకోశములందున్నాయి.

తమః అంటే ఆత్మానంద ప్రతిబింబ కారణశరీర ఉపాధి, అనగా అజ్ఞానము. ఇదే ఆనందమయ కోశము. ఇది ఆత్మానంద ప్రతిబింబముచే స్పృశింపబడిన స్వరూపము కలదై తమోగుణముచే విజృంభణ పొందిన అంతర్ముఖ బుద్ధి వృత్తి. అందుచేత ఇది అజ్ఞాన వ్యాపారము. ఆనందమయ కోశము ఇష్ట వస్తు దర్శనాదులచే పుట్టుచున్నది, సుషుప్తి కేవల అజ్ఞాన వృత్తి గనుక ఆనందమయ కోశ స్ఫూర్తి చక్కగా తెలియ బడుచున్నది. ఆనందమయ కోశము అజ్ఞానమను ఉపాధితో కూడినది. మూల ప్రకృతి కారణ శరీరముగా పరిణమించుట ఒక వికారము. అనాత్మను వదలుట యనగా వానియందు అభిమానము వదలవలెను. అభిమాన రహితుడు

పరిమితమైన కర్మతో అనంతమైన అలౌకిక ఆనందం పొందటం వీలవ్వదు. కర్మ ఆచరించే కొద్దీ బంధం పెరిగిపోతుంది. కర్తృత్వంతో చేసే కర్మవల్ల అహంభావం పెరుగుతుంది. దేహమే కర్మఫలం. అందుచేత దేహము అనిత్యము. దేహానికి సంబంధించినవన్నీ అనిత్యము. కోట్లకొలది కర్మలు బ్రహ్మ సాక్షాత్కారాన్ని కలుగజేయవు. కర్మలను అతిగా చేసి కర్మసముద్రంలో పడి మానవ జన్మకు గల మోక్షగతిని మరువరాదు. దేహతాదాత్మ్యంతో చేసే కర్మలు ఫలించుటకై శరీరమునాశ్రయించి యున్నవి. దేహము కర్మ నిర్మితముగనుక కర్మ దేహగత ధర్మమగుచున్నది. (Work is body bound, Body is work bound, they are not independent of each other. Our tendencies are spent in the form of action through the body. The body is made of and meant for spending up of tendencies.)

అజ్ఞానము వలన దేహము వచ్చినది. అజ్ఞానమే లేనిది కనుక తత్కల్పిత దేహము, ప్రారబ్ధ కర్మ సత్యము కాదు.

ఈశ్వరుని ఆజ్ఞ ప్రకారము జరగవలసిన కర్మ మానివేయుటం మనచేతులో లేదు. స్వధర్మాన్ని ఆచరించవలసిందే.

కర్మఫలాలు అశాశ్వతమై మనను బంధించి శాశ్వతమైన ఆనందానికి మనను దూరం చేస్తున్నాయి. కనుక ఏమి చేయాలంటే

3. ఈశ్వరార్పితం నేచ్ఛయా కృతమ్
చిత్తశోధకం ముక్తిసాధకం

తా॥

నిష్కామభావంతో ఈశ్వరార్పణ బుద్ధితో చేసే కర్మలు చిత్తశుద్ధికరములై ముక్తిమార్గంలోకి చేర్చుతాయి.

వ్యాఖ్య :

ప్రతిఫలము కోరక ఈశ్వరార్పణ చేసి లోక సంగ్రహ నిమిత్తమే చేయబడిన కర్మము చిత్తశుద్ధి కరమై ముక్తి సాధకమగును. కర్తృత్వము జీవ భావము. అది పోవాలంటే కర్మఫలాన్ని ఈశ్వరార్పణ చేయాలి. మనస్సు ఫలము వెంట జనుట చేత కల్మష యుక్తమగును. (When work is done with an eye on fruit of action mind is contaminated by doership) నిష్కామకర్మ వలన చిత్తనైర్మల్యము కలుగును. (Mind attains its purity, when work is performed impersonally without an eye on the fruit of action.)

కామ్యకర్మ (కోరికతో చేసే కర్మ, work born out of desire) అధమస్థాయి కర్మ (menial action). ప్రతి మనిషికి పుట్టుకతో లభించే మనస్సులో ఎన్నో కోరికలు, వాసనలూ లోతుగా వేళ్ళూని ఉంటాయి. అందుచేత అతడు తను కోరిన విషయాల మీద రాగము కలుగుతుంది. ఆ రాగమును భగవంతుని వైపు మరల్చి, అర్చించి, సేవించినపుడు ఆ రాగము భగవంతుని పట్ల ప్రేమగా మారుతుంది. లేదా సృష్టి భగవత్స్వరూపమే గనుక సకల జీవరాశికి ప్రేమతో, పరోపకారబుద్ధితో సేవ చేసినప్పడు స్వార్ధభావన క్రమ క్రమంగా సన్నగిల్లి, చివరకు దానంతటదే తుడిచి పెట్టుకుపోయి, అతడు భగవదభిముఖుడౌతాడు.

మనిషి కోరికలను నిగ్రహించుకోవాలి. దేహయాత్ర నిర్వహణకై అవసరమైన కర్మలను మాత్రమే ఆచరించాలి. వానిని కూడా ప్రతిఫలాపేక్ష రహితముగా చేయాలి. ప్రాపంచిక విషయాసక్తి నుండి వైదొలగి భగవదనురక్తి పెంచుకోవటం ద్వారా, తనకున్న సర్వము ఆ భగవంతునిదే అని సమర్పించటం ద్వారా, వైరాగ్యాన్ని అలవరచుకొని తాను చేయవలసిన పనిని చేసే ముందు, చేసేటప్పడూ, పిమ్మట కర్మ ఫలాన్ని పొందేటప్పడు నిలబెట్టుకోవాలి (Dispassion must be there before doing action, during action, and after the action is over when the fruit of action is conferred). ఈ అవిరళ కృషిలో క్రమక్రమంగా విజయం సాధిస్తున్న కొద్దీ, మనిషికి భగవత్తత్వము బోధపడి ఉన్నత ఆధ్యాత్మిక శిఖరముల నందుకొంటాడు. ఆవశ్యకమైన దైనందిన కార్యకలాపాలను నిరాసక్తంగా నిర్వహించి, దానితో పాటుగా విచారాన్ని (self-enquiry) గాని, భక్తినిగాని (devotion) అభ్యసించాలి.

కర్మను చేస్తూ కర్మ ఫలాన్ని ఈశ్వరార్పితం చేయాలి. పరమాత్మ మన ఉపాధి ద్వారా ఈశ్వర సంకల్పంతో కర్మ చేయించుకుంటున్నాడు. కనుక మన ఇచ్ఛకు (సంకల్పానికి) తావు లేకుండా, నేను కర్తను కాను అని అవగాహనతో చేసినప్పడు చిత్తశుద్ధి కలిగి కర్మ మోక్షానికి సాధనమవుతుంది. కర్మాచరణ ఈశ్వరుని వల్లే జరుగుతుందన్న అవగాహన వల్ల కర్మఫలం ఈశ్వరార్పితం అవుతుంది. కర్మఫల త్యాగమే కర్మయోగం. అదే అకర్మ. అంతేకాని పనిమానివేసి సోమరిగా ఉండటం అకర్మకాదు. ఆచరించే కర్మలో తేడా లేదు, భావనలోనే ఉన్నది. ఇటువంటి కర్మ అంతఃకరణశుద్ధికి ఉపకరించి మోక్షప్రాప్తికి పరోక్షంగా సహకరిస్తుంది.

అంతఃకరణ శుద్ధిని ప్రసాదించే కర్మలను వాటిని ఆచరించే విధానాలను 4వ శ్లోకంలో వివరిస్తున్నారు.

"నేను" అనునట్టి లేని నిద్రయందు కూడ ఈ పరమపూర్ణ సద్రూపాత్మ ఉండుటచే అదియే "నే"నను పదమునకు లక్ష్యార్థమగుచున్నది. అహంపదమునకు వాచ్యార్థము మనస్సు, లక్ష్యార్థము తాను అని తాత్పర్యము. ఈ అహం పదార్థము వాచ్యార్థములో అహంకారమై, లక్ష్యార్థములో స్వరూపమగుచున్నది. నేను అను పదం సాధారణంగా జాగ్రద్రష్టను సూచిస్తుంది. సుషుప్తిలో జాగ్రద్రష్ట అయిన "నేను" లేదుకాని, అసలు నేను లేకుండా పోలేదు. "మిథ్యానేను" బ్రహ్మమునకు ముసుగు మాత్రమే.

వ్యాఖ్య :

దృశ్యమగు నేను (అహం) పడిపోయినపుడు, ఆత్మ మాత్రం లీనము కాకుండా భాసిస్తున్నది. ఇక్కడ పడిపోయి నాశనమయేది అజ్ఞానమే. అజ్ఞానం నాశనమైతే దాని వల్ల ఏర్పడ్డ భేదబుద్ధి తొలగి ఏకవస్తువైన ఆత్మ స్వయంప్రకాశంగా వెలుగొందుతుంది.

మూలతలంపుకి కారణమైన అజ్ఞానము ఆత్మజ్ఞానము వల్ల తొలగిననాడు, మనస్సు నశిస్తుంది.

కూటస్థుడు (ప్రత్యగాత్మ, Pure consciousness) చిదాభాసుడు (Reflected consciousness) అంతః కరణము (Mind) కలిపి జీవుడు. కూటస్థుడు లేనిదే చిదాభాసు డుండడు. చిదాభాసుని కాంతితో అనాత్మ వ్యవహారము జరుగుచున్నది. అనాత్మ చీకటి వంటిది. ఆ చీకటికి వెలుతురిచ్చేది చిదాభాసుడు. జీవుడు అంతఃకరణ ఉపాధి రహితమైనప్పడు బ్రహ్మమే.

కుండ వంటిది శరీరము. దానిలో జలము వంటిది వాసనాసహిత అంతఃకరణము. బింబము కూటస్థుడు. ప్రతిబింబము చిదాభాసుడు, వాసనల వల్ల అంతఃకరణము చలించినప్పడు, చిదాభాసుడు చలించినను, కూటస్థుడు మాత్రము నిర్వికార సాక్షిగా నుండును.

మహర్షుల వారు తరువాతి శ్లోకంలో ఆత్మనాత్మ విచారణ గురించి చెబుతున్నారు.

22. విగ్రహేంద్రియ ప్రాణ ధీ తమః
నాహ మేకసత్ త జ్జడం హ్యసత్॥

తా॥

effulgent "I") ఎచ్చోట "నేను" అను జీవాహంకారము నశించునో అచ్చోటనే అఖండ పరిపూర్ణంబగు పరమాత్మ స్వయముగా ''నేను'', ''నేను'' అనుచు వెలుగుచుండును. అనగా ఖండవృత్తి నశించి, "అహం-ఇదం", "అహం-ఇదం" అను భిన్న జీవభావము పోయి "అహం" "అహం" అను అఖండమైన ఆత్మ భావమే ప్రకాశించును.

వ్యాఖ్య :

"నేను దేహమును" అనే తలంపు వినాశము చెందిన తరువాత పరమపూర్ణమైన అహంస్ఫురణ, నిజమైన అహం (నిజమైన నేను) "నేను" "నేను" అని స్వయంగా స్ఫురిస్తుంది.

తాత్కాలికంగా ఎగిసిపడే "నేను దేహమును" అనేది కూడా చైతన్యమే, కాని అది స్వరూపజ్ఞానం కోల్పోయి అజ్ఞానంతో చేరికయి, పాపపుణ్యాలను చేసి, సంసారంలో పడి జన్మ మరణాదులను పొందుతుంది.

అజ్ఞాన జనితమైన దేహబుద్ధి, అహంకారము బంధహేతువులు. అహం స్ఫురణ బంధరహితము.

యధార్థానికి సచ్చిదానంద స్వరూపమైన అనంత తత్త్వం మాత్రమే ఉంది. దీని నుండే "దేహము నేను" అనే తలంపు అజ్ఞానము వలన ఉదయించి, దానికి ఒక ప్రత్యేకమైన ఉనికిని ఆపాదించుకొని కర్తృత్వ, భోక్తృత్వములతో క్రియ సలుపుతుంది. ఈ మూలతలంపును నాశనం చెయ్యాలంటే అజ్ఞానాన్ని నాశనం చెయ్యాలి. ఆత్మజ్ఞానం కలిగితే అజ్ఞానం నాశన మౌతుంది. దానికి విచారణే మార్గం. ఒక మనిషి ముసుగువేసుకొని సంచరిస్తుంటే ఆ ముసుగును తీస్తేనే ఆ మనిషి ఎవరో తెలుస్తుంది కాని అతనిని స్తుతించుట వల్ల, పొగడుట వల్ల తెలియదు. అట్లే అజ్ఞానం ముసుగుతో క్రియ సలుపుతున్న జీవుని అజ్ఞానపు ముసుగు విచారణ చేస్తే తొలగుతుంది కాని, అజ్ఞాన జనిత ఆధ్యాత్మిక సాధనలవల్ల తొలగదు.

నేను అనేది పడిపోతే ఏం జరుగుతుందో అనే సందేహం తొలగించేందుకు తరువాతి శ్లోకంలో మహర్షులవారు వివరిస్తున్నారు.

21. ఇద మహంపదాఽ భిఖ్య, మన్వహమ్।
అహమి లీనకే ఽ ప్యలయసత్తయా॥

తా॥

4. కాయవాఙ్మనః కార్యముత్తమమ్।
పూజనం జప శ్చింతనం క్రమాత్॥

తా॥

శరీరముతో చేసే పూజ, వాక్కుతో చేసే జపము, మనస్సుతో చేసే ధ్యానము ఇవి ఒకదానికన్న మరొకటి ఉత్తమములు.

వ్యాఖ్య :

పూజ, జపం, ధ్యానం గమ్యం కావు. వాటితోపాటు ఆధ్యాత్మిక పురోగతి కూడా ఉండాలి. భక్తి మార్గంలో అహంభావం సమర్పింపబడి మనోవ్యాపారము లేక అహంభావ రాహిత్యము చేకూరును. విచారణలో మనో మూలాన్ని అంటిపెట్టుకొని ఉండటం వలన అహంభావ రాహిత్యం కలుగుతుంది. అందుచేత భక్తి మార్గంలోను, జ్ఞానమార్గంలోను అహంభావ రాహిత్యం కలుగుతుంది.

పూజ అంటే భగవంతునికి చేసే అర్చన, సేవ. భగవంతుని నామ సంకీర్తనము, పవిత్ర మంత్రోచ్ఛారణము, స్తోత్రపారాయణాదులు ఇక్కడ జపముగా పేర్కొనబడ్డాయి. ధ్యానము అంటే భగవంతుని చింతనము. చిత్తశుద్ధి నిచ్చుటలో కాయిక (శరీర) కర్మ కంటె వాచక కర్మ ఉత్తమము, వాచక కర్మకంటె మానసిక కర్మ ఉత్తమము.

త్రికరణములతోను అనగా శరీరము, వాక్కు, మనస్సుతో ఆచరించే ఉత్తమమైన కర్మల ద్వారా పాప ప్రక్షాళన గావింపబడినవారు బ్రహ్మత్వ సిద్ధిని పొందుచున్నారు. పాపప్రక్షాళన అనగా అనాత్మతో తాదాత్మ్యం లేకుండా ఉండటమే. శరీరముతో పూజ, వాక్కుతో జపము, మనసుతో విచారణ చేయవలెను. పూజకన్నా జపము, జపము కన్నా విచారణ శ్రేష్ఠమని మహర్షుల వారు బోధిస్తున్నారు. ఈ మూడింటిలో క్రమంగా ఒకదానికన్నా ఇంకొకటి ఎందుకు శ్రేష్ఠమనబడుచున్నదో వచ్చే 3 శ్లోకాలలో వివరిస్తున్నారు.

5. జగత ఈశధీ యుక్త సేవనమ్।
అష్టమూర్తి భృద్దేవపూజనం॥

తా॥

అష్టమూర్త్యాత్మకమైన ఈ జగత్తు అంతా ఆ పరమాత్మ స్వరూపమనే భావంతో చేసే సేవయే ఉత్తమమైన భగవత్పూజ అవుతుంది.

వ్యాఖ్య :

భగవంతుడు సర్వాంతర్యామి, సర్వవ్యాపకుడు, ఆయన ఈ జగత్తులోని ప్రతి అణువులోను నిండి ఉన్నాడు. జగద్రూపాత్మకమైన విరాడ్రూపాన్ని సేవించినపుడు భక్త్యుద్రేకంతో నిరతిశయ ప్రేమభావం ఉప్పొంగాలి, సమస్త ఉపాసనల గమ్యం బ్రహ్మానంద సాగరములో మునిగి ఐక్యమైపోవటమే, పూర్ణ శరణాగతిలో ప్రాప్తించే అహంభావ నిర్మూలనమే ఆత్మోపలబ్ధి.

ఈశ్వరుని ఉపాధి సృష్టి, జగత్తు. దానిలోని పంచభూతాల వల్ల దేశము (Space) ఏర్పడుతుంది. దానిలోని సూర్యచంద్రుల వలన కాలము (Time) ఏర్పడుతుంది. దేశానికి, కాలానికి లోబడి జీవకోటి మనుగడ సాగిస్తోంది. పంచభూతాలు, సూర్యచంద్రులు, జీవకోటి అనే అష్టమూర్తులలో ఆ పరమాత్మ యే వ్యాపించి యున్నది కనుక వాటిని పూజింపవలెను. జగత్తు, సృష్టి అనగానే పరమాత్మ మనకు స్ఫురణకు రావలెను. అది ఉత్తమ భక్తి. పరమాత్మ విరాట్ స్వరూపుడు. భక్తుడు బుద్ధియుక్తుడై పూజించాలి.

6. ఉత్తమస్తవా దుచ్చమందతః।
చిత్తజం జప ధ్యానముత్తమమ్॥

తా॥

భగవన్నామ సంకీర్తనము, మంత్రోచ్ఛారణ బిగ్గరగా చేయటం స్తోత్ర పారాయణము కంటే ఉత్తమము, పెదవులు కదలియు కదలక నిదానంగా చేసే ఉపాంశు జపము అంతకంటె ఉత్తమము. మానసిక జపము ధ్యానమే కనుక ఇంకా ఉత్తమము.

వ్యాఖ్య :

భగవదవతార నామగుణ చరితములను వివరించి వర్ణించుట ఉత్తమమగు స్తోత్రమగును. జపము వల్ల ఏకాగ్రత పెరిగేకొద్దీ వాక్కు క్రమంగా శాంతించి అణగిపోతుంది. అప్పుడు మౌనమే రాజ్యమేలుతుంది.

నామ జపం అంటే మిగతా తలంపులన్నీ త్రోసిరాజని ఒకే ఒక తలంపును అంటిపెట్టుకొని వుండటం, అది ఆత్మ సాక్షాత్కారముతో పరిసమాప్తమౌతుంది. భక్తి తత్పరత లేకుండా భగవన్నామాన్ని యాంత్రికంగాను, పేలవంగాను ఉపయోగించకూడదు. భగవన్నామాన్ని జపించేటప్పుడు ఆత్మ సమర్పణ చేసుకొని ఆర్తితో చేసినప్పుడు భగవన్నామం సర్వదా మనతోనే ఉంటుంది.

వ్యక్తమౌతుంది. అదే నిజ విచారణ.

మూలతలంపు ("నేను దేహమును") మేల్కొంటే జీవత్వము మేలుకొన్నట్లే. అది శరీరానికి సంబంధించి, లోకానికి సంబంధించిన సంఘటనలను మనస్సుకు స్మృతి కలిగేలా చేస్తుంది. మూలతలంపు దేహేంద్రియ మనోబుద్ధులను చైతన్యవంతం చేస్తుంది.

నిజవిచారణలో మూలతలంపును పట్టుకొన్నప్పుడు మిగతా తలంపులు నశిస్తాయి. తరువాత మూలతలంపు కూడా నశిస్తుంది. యధార్థ విచారణలో జ్ఞానము వలన స్వయంప్రబోధము జనించును. అప్పుడు ఆత్మతత్వము నిశ్చయముగా తెలియును.

"నేను దేహమును" అనే జ్ఞానము నరకము. తానెవరో, తన స్వరూపమేమిటో తెలియకుండుట అజ్ఞానము. మానవుడై జన్మించినందుకు ఆత్మ విచారము చేసి తరించవలెను.

విషయ చింతనాంకురములు నశించేవరకు విచారణ చేయుచుండవలెను.

విచారణ వల్ల చిత్తవృత్తులు తలెత్తక అజ్ఞాన కార్యము వృద్ధినొందదు. కారణ వృద్ధిచే (అజ్ఞానము) కార్యవృద్ధియు (చిత్తవృత్తులు) కార్యవృద్ధిచే కారణాభి వృద్ధియు కలుగుచునే యుండును. అటులనే కారణ నాశనముచే కార్యనాశనము, కార్యనాశనముచే కారణ నాశనము కలుగును.

నిద్ర లేచినది మొదలు నిద్రించు వరకు, జన్మించినది మొదలు మరణించు వరకు, బ్రహ్మమునే చింతింప వలయును. దృశ్య స్ఫురణము ఎల్లప్పుడూ దుఃఖము కలుగజేయును.

"నేను దేహమును" అనే తలంపు ఎక్కడ ఉపశమనం పొందుతుందో, ఆ మూల తత్త్వం ఎలా ఉంటుందో తరువాతి శ్లోకంలో వివరిస్తున్నారు.

20. అహమి నాశభా జ్యహ మహంతయా।
స్ఫురతి హృత్స్వయం పరమపూర్ణసత్॥

తా॥

"నేను" అను జీవాహంకారము కొంచెము లేక ఖండము. (Limited consciousness) పరమాత్మ పరిపూర్ణాఖండ స్వరూపము. (All pervasive consciousness, omnipresent) స్వయముగ "నేను", "నేను" అని భాసించుచుండును. (self

వృత్తి జ్ఞానం అజ్ఞాన వ్యాపారం. వృత్తులు అప్పడే పుట్టును, అప్పడే పోవును. అంతఃకరణములో ఏ వృత్తి కలిగిన అది ఆ ప్రకారముగా మారును. వృత్తులు జ్ఞాన ప్రతిబంధకములు. మనస్సును వృత్తిరహితం చేసినప్పడు మనస్సు ఉండదు. అందుకే యోగం చిత్తవృత్తి నిరోధః అన్నాడు పతంజలి మహర్షి.

విషయ జ్ఞానమునకు విషయవృత్తి కారణము. విషయములు ఇదంవృత్తులు ఆత్మ జ్ఞానమునకు ఆత్మాకారవృత్తి కారణము. విచారణ చేసినపుడు మనస్సు ఆత్మాకార వృత్తిజ్ఞానంగా మారుతుంది. సూర్యుని నుండి వేడిని గ్రహించి దానిని కేంద్రీకరించి దూదిని కాల్చగల శక్తి భూతద్దమునకు ఉన్నట్లు, ఆత్మాకార వృత్తికి మాత్రమే ఆత్మ శక్తిని గ్రహించి దానిని కేంద్రీకరించి అజ్ఞానాన్ని నాశనం చేయగల సమర్థత ఉంటుంది. శుద్ధచైతన్యము కట్టెలో అవ్యక్తంగా ఉండే అగ్ని వంటిది. వృత్తిజ్ఞానము మండే కట్టెవంటిది. ఈ వృత్తి బ్రహ్మముతో సంబంధం పెట్టుకొనుట వలన బ్రహ్మాచ్ఛేద ఆవరణము (బ్రహ్మవస్తువు మీద ముసుగు) తొలగి బ్రహ్మ వస్తువు తెలియబడును.

అందుచేత "దేహము నేను" అనే మూల తలంపు యొక్క నిజ తత్త్వం బోధపడితే సాధకుడు పూర్ణత్వాన్ని పొందుతాడు. ఉత్తమపురుష తత్త్వమును (నిజమైన నేను) ఎఱుంగుటచేత నీవు, వాడుకూడా లేక ఏకమై వెలుగునదియే తన స్వభావస్థితి యగును.

మూలతలంపు ఎలా పుడుతుందో ఎక్కడ పడిపోతుందో, దానికి ఆధారమేమిటో గ్రహించే ఉపాయాన్ని తరువాతి శ్లోకంలో భగవాన్ వివరిస్తున్నారు.

19. అహ మయం కుతో భవతి చిన్వతః

అయి పత త్యహం నిజవిచారణం॥

తా॥

ఈ నేను అనునది ఎక్కడ పుట్టుచున్నది? యని వెదకి దాని యొక్క పుట్టు చోటును కనుగొనినట్లయిన ఆ "నేను" (అహంభావము) పడిపోయి నశించును. ఇదే నిజ విచారణ. ఫలితంగా అంతకుముందు తలంపులను కలిగియుండే ఒక ప్రత్యేక వ్యక్తిగా తోచే "నేను" (false "I") అదృశ్యమై ఇక కనిపించకుండా పోతుంది.

వ్యాఖ్య :

నేను వినుచున్నాను, చూచుచున్నాను అని కర్తగా భావించే నేను ఎక్కడ పుడుతోందో చూచినప్పడు "నేను" అనే తలంపు పడిపోయి ఆత్మ తానుగా

ధ్యానము, చింతన, మానసిక జపము అన్నీ ఒకటే. వివిధ ఆలోచనలను తొలగించి ఒకే ఆలోచనతో ఉండటమే జపము, ధ్యానము యొక్క ప్రయోజనం. ఆ తరువాత ఆ ఒక్క తలంపు కూడా దాని మూలమైన శుద్ధచైతన్యంలో చేరి మాయమవుతుంది. జపము, ధ్యానము వల్ల అన్యవిషయచింతన నిరోధించి నపుడు ఇక మిగిలి ఉండేది యదార్థ స్వరూపమే.

భగవంతుని బిగ్గరగా స్తోత్రించుట కన్నా, శబ్దము లేకుండా స్తోత్రించుట మంచిది. ఇలా చేసే పారాయణ కన్నా మంత్రాన్ని మనస్సుతో జపధ్యానము చేయుట ఉత్తమము. మంత్రాన్ని బయటకు వినపడేలా బిగ్గరగా ఉచ్ఛరించటం ఉచ్ఛాజపం అంటారు. మంద జపము (ఉపాంశు) జపమంటే పెదవులు కదులుతూ ఉంటాయి, మంత్రము స్పష్టముగా బయటకు వినపడదు.

మంత్రాన్ని మనస్సులో ఉచ్ఛరించటాన్ని మానసిక జపము లేక చిత్తజం జపము అంటారు. ఇది ఉత్తమము అని మహర్షులవారు చెబుతున్నారు. తరువాత శ్లోకంలో విచారణ గురించి వివరం చెబుతున్నారు.

7. ఆజ్యధారయా స్రోతసా సమమ్।

సరళచింతనం విరళతః పరమ్।

తా॥

ఆటంకములతో కూడిన ధ్యానము కంటే అవిచ్ఛిన్న తైలధారవలె నిరాటంకమగు నదీ ప్రవాహమువలె ధారాళముగా చేయుధ్యానమే సత్వర ఫలదాయకమౌతుంది.

వ్యాఖ్య :

ఏకాగ్రత లేకుండా అవరోధములతో (ఆలోచనలతో) కూడిన చింతనకన్నా, నిశ్చల మనస్సుతో ఏకచింతన సరళంగా చేసినపుడు మనస్సు నదీ ప్రవాహంలా పరవళ్ళు తొక్కుతూ ఆత్మానుసంధాన మౌతుంది. మంత్రాలతో సంస్కరించి, దర్భతో పవిత్రత చేయబడి గోవు నెయ్యిని యజ్ఞంలో వాడినపుడు అది బొట్టుబొట్టు గా కాకుండా ఏకధారగా వెలుతుంది. అట్లే శబ్దస్పర్శ రసరూపగంధాదులకు అలవాటుపడి లోకవాసనతో స్వేచ్ఛగా విహారం చేసే మనస్సును పూజతోను, జపముతోను, విచారణతోను పవిత్రం చేసినపుడు మనస్సు నిశ్చలమై ఏకాగ్రత చెంది ఏకధారగా ఆత్మచింతనే చేస్తుంది.

తను నిజంగా పొందాలనుకొనే శాంతి తన స్వరూపమే కనుక తాను, పరమాత్మ వేరనుకునే వారికి సరళచింతన సాధ్యపడదు. అభేద దర్శనమే పరిపూర్ణతను సూచిస్తుంది. దీని గురించి తరువాత శ్లోకంలో భగవాన్ వివరిస్తున్నారు.

8. భేదభావనాత్ సోఽ హ మి త్యసౌ।
భావనా ఽ భిదా పావనీ మతా॥

అభిదా = భేదము లేని భావన
మతా = నా యొక్క అనుభవము

తా॥

"అతడే (భగవంతుడు) నేను" అను అభేద భావము, "అతడు నేనుకాదు" అను భేదభావము కంటే శ్రేష్ఠము.

వ్యాఖ్య :

భేదభావన మనసులో గోచరించే ఎండమావి. భేదభావనతో సత్యాన్ని గ్రహించలేము. భేదభావన (త్రిపుటి) దేశకాలాలలో (Time and space) ప్రతిభాసించేది మాత్రమే. భేదభావన వాస్తవాన్ని కప్పుతుంది. "నేను బ్రహ్మమును" అని తెలుసుకున్నవాడు సర్వమూ తానే అవుతాడు. ఎవడు తాను భగవంతునికి అన్యుడను అన్న భావముతో ఉపాసిస్తాడో అతడు ఎఱుకగల వాడు కాదు. జీవబ్రహ్మైక్యమే అంతిమగమ్యం.

పరమాత్మ కంటే నేను వేఱు అనే భేదభావము కన్నా సోఽహం అనే అభేద భావనయే పవిత్రమైనది. జీవాత్మ పరమాత్మ తత్త్వానుసంధానమే సకల సాధనల లక్ష్యం. పరమాత్మయే అయిఉన్నావు అని స్థాపించటమే సాధన లక్ష్యము. అజ్ఞానదశలో సాధకుడు తనకు, భగవంతునికి మధ్య భేదం ఉంది అని అనుకుంటాడు. పరమాత్మను మనుష్య దేహాన్ని పొందిన వాడిగను, తనే తన కర్మలను నిర్వర్తించేవాడుగా గ్రహించేవారు మూఢులు. అంతటా వ్యాపించి యున్న పరమాత్మ మనలోనూ ఉంటాడు కనుక భేదబుద్ధికి తావెక్కడిది? ద్వైతము బుద్ధి దోషము, జీవేశ్వరుల మధ్య భేదం పాటిస్తూ అజ్ఞానంలో చేసే చింతనకన్నా జీవేశ్వర అభేద చింతనే శ్రేష్ఠము.

స్వరూప చింతనతో మనస్సు స్వాత్మా స్థితిని పొంది "నేనే" ఆ పరమాత్మ చైతన్య తత్వమని గ్రహించిన వానికే అజ్ఞానము తొలగి భేదము నశిస్తుందని వివరిస్తున్నారు.

తనను తాను తెలుసుకోలేని "నేను" (false "I") హృదయ కేంద్రము చేరగానే అదియే తానుగా గుర్తించి అందులో కలసిపోతుంది. అహంభావము ఆ పరిపూర్ణ వస్తువు యొక్క అంశయే. ఏ ఆలోచనా లేని మానసిక స్థితికి ఆత్మస్ఫురణ కలుగుతుంది.

దృశ్యములు, తలపుల పట్ల ఉదాసీనంగా ఉండ గలిగితే మనస్సు లేనిది అని అనుభవమౌతుంది. ఆలోచనా వేగం ఎంత ఎక్కువగా ఉన్నా మనం సాక్షి మాత్రంగా (తటస్థంగా) ఉండగలిగితే ఆలోచనా ప్రవాహం క్రమంగా పలచబడి, చివరికి ఒక్క ఆలోచన కూడా లేని స్థితి కలుగుతుంది. ఆలోచన లేనప్పుడు మనస్సు లేనట్లే. ఆ స్థితిలో ఏ ప్రయత్నం లేకుండా ఆత్మ తానుగా వ్యక్తమయినప్పుడు విచారణా మార్గం సుగమమౌతుంది.

తరువాతి శ్లోకంలో మహర్షులవారు మనస్సు యొక్క స్వభావం గురించి వివరిస్తున్నారు. "నేను దేహమును" అనే మూల తలంపును కనుగొనే మార్గాన్ని వివరిస్తున్నారు.

18. వృత్తయ స్త్వహం వృత్తి మాశ్రితాః।
వృత్తయో మనో విద్ధ్యహం మనః॥

తా॥

వృత్తులన్నియు అహంవృత్తి నాశ్రయించి యున్నవి. ఆ వృత్తులే మనస్సు కనుక అహంవృత్తియే మనస్సు అని తెలుసుకొనుము.

వ్యాఖ్య :

అహంకారము ఏ పాత్రలో పోస్తే దాని రూపము పొందును. దేహములో ఉంటే దేహరూపము, హృదయములో ఉంటే హృదయ రూపము పొందును. అది తాను ఉన్నదాని రూపమే తన రూపముగా భావిస్తుంది. అహంకారము చంచలమైనది, తాను మారుతుంది, మనస్సును మారుస్తుంది, దేహమును మారుస్తుంది. రూపమును విడిచి రూపమును గ్రహిస్తుంది. స్వతఃసిద్ధముగా దానికి రూపము లేదు. అన్ని మానసిక వృత్తులు "నేను దేహమును" అనే అహంవృత్తిని ఆశ్రయించి ఉంటాయి. అహంవృత్తి ఇతర వృత్తులు లేకుండా ఉండగలదు. ఇతర వృత్తులు అహంవృత్తి ఆధారం లేకుండా ఉండలేవు. అందుచేత అన్ని మానసిక వృత్తులకు "నేను దేహమును" అనే వృత్తి ఆధారంగా ఉంటుంది.

పట్టించుకొనరు. మాయ అనగా లేనిది. దాని నుంచి వచ్చిన దృశ్యము అసత్యము కనుక దానిని పట్టించుకొనకూడదు. దృశ్యము మీద ఆకర్షణ లేకపోవటమంటే వాటి నామ రూపాల మీద ఆకర్షణ లేకపోవటమే. దృశ్యాలకు నామ రూప స్థాయిలో భేదముంది కాని తత్త్వంలో భేదం లేదు. మనస్సును శోధిస్తే మనస్సు ఎలా ఆత్మాకారం చెందుతుందో తరువాతి శ్లోకంలో వివరిస్తున్నారు.

17. మానసం తు కిం మార్గణే కృతే।
నైవ మానసం మార్గ ఆర్జవాత్॥

తా॥

మనస్సు యొక్క స్వరూపము ఏదియని ఎడ తెగక పర్యాలోచన చేసినట్లైతే మనస్సు అనెడిది (Personality) అసలు లేనేలేదని తెలియవస్తుంది. ఎల్లరకూ ఇది సూటియైన మార్గము.

మనస్సు ఆత్మ స్వరూపము నుండి వచ్చిన రశ్మి (Conscious particle). కనుక ఇది తెలిసికొని ప్రత్యేక మనో వ్యక్తి విజృంభణము (ego process) ఆపుటయే సూటి మార్గము. మనో మూల స్థానమగు ఆత్మ యందు మనో వ్యక్తిత్వము (Personality) లీనమైపోవుటయే సరియగు మార్గము.

వ్యాఖ్య :

మనస్సు (Personality) ఏది అని విచారణ చేసినపుడు, మనస్సు అస్తిత్వం లేనిది అని అనుభవమై, ఆత్మ తానుగా వ్యక్తమౌతుంది. ఆత్మ గురించిన జ్ఞానానికి అడ్డంకిగా ఉన్నదానిని అజ్ఞానము అంటారు. విచారణతో అజ్ఞానాన్ని తొలగించుకొన్నప్పడు ఆత్మ తానై ప్రకాశిస్తుంది.

మనస్సు యొక్క స్వభావమెట్టిదని ముందు గ్రహించాలి. నేను కర్త, నేను ఆత్మను కాను అనే బుద్ధి వృత్తి విచారణలో నశిస్తుంది. బహిర్ముఖమై ఉన్నట్టి మనస్సు ఆలోచనలుగా, విషయాలుగా మారుతుంది. అంతర్ముఖమైనప్పడు అదే మనస్సు ఆత్మాకారం చెందుతుంది. మనసుని, దాని తత్త్వాన్ని అర్థం చేసుకోకుండా ఆత్మ ఎఱుకపడదు. అన్వేషించే వానిలో అన్వేషింపబడేది ఉన్నది. సాధనా సమయంలో అన్వేషించేవాడు, అన్వేషింపబడేది వేరుగా ఉన్నట్లు అనిపించినా అది యదార్థము కాదు. తాను అన్వేషించే వస్తువు తనలోనే ఉన్నది కనుక తానే తను అన్వేషించే సత్యవస్తువు అని అనుభూతమౌతుంది.

9. భావశూన్యస ద్భావసుస్థితి।
భావనాబలా ద్భక్తిరుత్తమా॥

తా॥

భేద భావమును మీఱిన "పరుడు (భగవంతుడు) నేను" అనెడి భావము యొక్క బలిమిచేత కలుగు భావనాతీత సద్భావ సుస్థితిని పరవస్తు చింత అనెడి పరాభక్తి యని భగవాన్ వచించిరి.

వ్యాఖ్య :

సిద్ధమైన ఆత్మ నిష్ఠయే భావనాతీత సద్భావస్థితియని యెఱుంగునది. ఆత్మ స్వరూపానుధ్యానమే భక్తి. జ్ఞానము ఇదే, పరాభక్తి ఇదే.

నిశ్చలమైన మనస్సు భావాలు లేక ఆలోచనా రహిత స్థితిలో ఉంటుంది. ఆ ఆలోచనా రహిత స్థితే మనస్సు స్వరూపం అనే అనుభవం ఉత్తమమైన భక్తి. అట్టి మనస్సుకు ఏకధారగా జాగ్రదవస్థలో పరమాత్మ శాంతి అందుతుంది. మనస్సు పరమాత్మకు శరణాగతి పొందినపుడే నిశ్చలమై ఆలోచనారహిత స్థితి పొందుతుంది.

తీవ్రమైన భక్తి, జ్ఞాన, వైరాగ్యాదులచే భక్తుడు పరమాత్మను పొందుతున్నాడు. మనస్సు భావశూన్యంగా ఉన్న స్థితిని భావముఖం (అంతర్ముఖం) అంటారు. అట్టి మనస్సు పరమాత్మను గ్రహిస్తుంది. మోక్ష హేతువైన జ్ఞానమును అనుగ్రహించే ఆత్మ విచారణయే ఉత్తమోత్తమమైన భక్తియని, దానికి కావలసిన అంతరంగసాధనను ఈ శ్లోకం నుండి బోధిస్తున్నారు.

10. హృత్స్థలే మనః స్వస్థతా క్రియా।
భక్తి యోగ బో ధాశ్చ నిశ్చితం॥

తా॥

మనస్సు తన ఉత్పత్తి స్థానమైన హృదయమును చేరుటయే కర్మ, భక్తి, యోగము, జ్ఞానము. ఇది నిశ్చయము.

వ్యాఖ్య :

హృదయస్థలమందు మనస్సు స్వస్థమై యుండుటయే కర్మము. అదియే భక్తి, యోగము, జ్ఞానము. మనస్సు విజృంభించిన చోటు హృదయమే అగును. ఆత్మ తేజమునుండి ఒక రశ్మి (conscious particle) బయల్వెడలి శీర్ష స్థానము చేరి మనస్సు అగుచున్నది. అది స్వస్థత చెందుటయనగా తన ఉత్పత్తి స్థానమును తిరిగిపోయి చేరుటయే. ఆ స్థానమే ఆత్మ. అదియే హృదయము. సుషుప్తిలో

వలెనే సమాధి దశలో సైతం జీవుడు వక్షఃకేంద్రంలో విలీనమైపోతాడు. ఆ కేంద్రాన్ని భగవాన్ హృదయం అన్నారు. భగవాన్‌కు మృత్యానుభవం కలిగిన తరువాత సమాధి ఆరంభం కాగానే అహంత వక్షోభాగంలో కుడివైపున తటాలున విలీనమైపోయినట్లు సమాధి అంతమయిన వెంటనే మరల అలాగే దుమికిపైకి వచ్చినట్లు అనుభవంలోకి వచ్చేది.

హృదయము బ్రహ్మమును తెలియజేస్తుంది. ఒకానొక స్థలమునకూ, దేహమునకూ ముడివడి లేకపోయినా, ఉపాసనా సౌకర్యార్థము మనస్సుకూ, ఆత్మకు దేహంలో ఒక చోటు కల్పించి సాగే సాధనా ప్రక్రియ ఏదైనా గాని బ్రహ్మ ప్రాప్తికరమే అవుతుంది.

మనలో ఉన్న చైతన్య కేంద్రాన్ని హృదయము అంటారు. మనస్సు మూలము అదే. సామాన్యంగా మనస్సు తన మూలమును వదిలి శబ్ద స్పర్శ రూప రస గంధాదుల మీద ఆకర్షణ కలిగి లోకవాసనతో బహిర్ముఖం అవుతుంది. అటువంటి మనస్సును దాని మూలమైన హృదయ కేంద్రములో ఉంచగలిగితే అదే పరాభక్తి, యోగము, బోధ. ఇది నిశ్చయము. హృదయ కేంద్ర స్వరూపము సచ్చిదానందము గనుక మనస్సు దానిలో స్వస్థత పొందినపుడు హృదయాకారం చెందుతుంది.

ఆ మనస్సును మనం వశం చేసుకొని హృదయ కేంద్రంలో స్థితి పొందటం ఎలాగో రాబోయే శ్లోకాల్లో మహర్షుల వారు వివరిస్తున్నారు.

11. వాయురోధనా ల్లీయతే మనః
జాలపక్షివ ద్రోధసాధనం॥

తా॥

వలలో పడిన పక్షి కదలక యుండు రీతిని, వాయు రోధనము చేత అనగా ప్రాణాయామము చేత లేక ప్రాణగత్యాగతి ప్రత్యవేక్షణము (ఉచ్ఛ్వాస నిశ్వాసముల గతిని సాక్షిగా పరిశీలించుట) చేత కట్టబడిన మనస్సు చలించక యుండును. ఇది కూడా ఒక మనోనిగ్రహ సాధన మగును. దీని వలన మనోవ్యాపారములు తాత్కాలికముగా అణచబడును.

వ్యాఖ్య :

మనస్సు లోక వ్యవహారమునకూ ఉపయోగ పడుతుంది. మోక్ష సాధనకూ ఉపయోగపడుతుంది. యుగయుగాలుగా లోక వ్యవహారంలో విచ్చలవిడిగా, బహిర్ముఖంగా తనకిష్టమొచ్చినట్లు విహరించే మనసును సాధనకు

సామాన్యంగా మనస్సు అజ్ఞాన (Self-ignorance) వశంలో ఉంటుంది. శరీర తాదాత్మ్యమే "మిథ్యానేను". అది దాని మూలాన్ని అది తెలుసుకొని అక్కడ స్థితి పొందితే ఆపైన శుద్ధచైతన్యమే అంతా చూసుకొంటుంది. అజ్ఞానావరణ తొలగిన వ్యక్తి యొక్క మనస్సు ఆత్మాకారం చెందుతుంది. అహంభావము పుట్టకముందు ఉన్న స్థితి మనము ఆత్మగా ఉన్న స్థితి. దాని నుండి అహంభావము పుట్టినది. అందుచేత ఆత్మను చేరుకోకుండా అహంభావము నశించదు. ఆత్మను పొంది తాను ఆత్మయగు స్థితియందు నిలకడ చెందుతాము. పుట్టి నశించు అహంభావము చావుపుట్టుకలు లేని ఆత్మలో కలిసిపోతుంది.

మనస్సనగా ఆత్మ చైతన్యమే. అది అంతఃకరణముతో చేరిక వలన సంకల్ప ధర్మము ఏర్పడినది. శుద్ధ మనస్సు గుణములతో చేరి అజ్ఞాన కాలుష్యము చెంది అవిద్యావరణ వల్ల ఆత్మవిస్మృతి బడసెను.

మనోనాశము ఎట్లు కలుగునో తరువాతి శ్లోకంలో మహర్షులవారు వివరిస్తున్నారు.

16. దృశ్యవారితం చిత్తమాత్మనః
చిత్త్వదర్శనం తత్త్వదర్శనం॥

తా॥

చిత్తము (మనస్సు) కనపడు వస్తువు వెంట వెళ్ళక, తన యొక్క చిత్త్వమును (చైతన్యమును) ఎఱుగుటయే తత్త్వమును (తన నిజ స్వరూపమును) ఎఱుగుట అని తెలిసికొనవలయును. మనస్సుకు విషయాకర్షణ నిరోధించి చైతన్యముతో అనుసంధానము చేయుటయే తత్త్వ దర్శనమనబడును.

వ్యాఖ్య :

బాహ్యదృశ్యములు, అంతర్దృశ్యముల నుండి మనస్సుకి ఆకర్షణ తొలగిననాడు, మనస్సుకు ఆత్మ (చిత్) చైతన్యానుభవం కలుగుతుంది. తత్త్వ దర్శనం అంటే అదే. మనస్సు తన మూలానికి చేరుకొంటే అది ఆత్మయే. అజ్ఞానవశం నుండి విడుదలౌతుంది. వంధ్యాపుత్రుడు, స్థాణుపురుషుడు కలిసి గగన తరు పుష్పముల శిరస్సుల ధరించి గంధర్వ నగరమునకు పోయి అక్కడ గల శుక్తికా రజతమును గూర్చి పరస్పరము కలహించి పోట్లాడుకొనుచూ శశవిషాణము నరశృంగములతో ఒకరినొకరు చీల్చుకొని తుదకు మృతిచెంది వారిరువురు పిశాచములైరి. జగత్కార్యమంతయూ ఈ రీతిగనే ఉండును. బుద్ధిమంతులు జగత్తు గురించి

వాసనల వల్లే బంధము కలుగుచున్నది. వాసనలనగా అనేక జన్మ పరంపరల నుండి వచ్చెడు అలవాట్లు. నేను కర్తను, నేను భోక్తను అనునది దృఢతర వాసన. ఆత్మజ్ఞానము కలిగినను కర్తృత్వ భోక్తృత్వ వాసన తిరిగి విజృంభించి జన్మ పరంపరలను కలుగజేయును (వివేక చూడామణి). వాసనలు నశించిన తరువాత చేసే కర్మ కాల్చబడిన విత్తనము వలె జన్మపరంపరలకు దారితీయదు. కర్మ బీజములైన వాసనలు అంతఃకరణమును హత్తుకొనియున్నవి. చిత్తమనగా తిరిగి జన్మ కలుగజేయు ఘన సంకల్ప వాసనలే. విచారణలో వాసనా రాహిత్యము కలిగి పరమశాంతిప్రదమైన అమనస్క స్థితి కలుగును. విచారణలో చిత్తము చిద్రూపములో లీనమగును. వాసనా రాహిత్యమున్నప్పడే శాశ్వత స్వరూప స్థితిలో ఉండగలము.

మనస్సుకు ఆధారమైనది, అన్నింటికి అతీతమైనది, నిత్య సత్యమైన ఆత్మతో అనుసంధానమే శ్రేష్ఠమని, అట్టి ఆత్మ జ్ఞాననిష్ఠను పొందిన వ్యక్తికి అజ్ఞానం నశిస్తుందని తరువాతి శ్లోకంలో మహర్షులవారు వివరిస్తున్నారు.

15. నష్టమానసో త్కృ ష్ట యోగినః
కృత్యమస్తి కిం స్వస్థితిం యతః?

తా॥

మనస్సు తన మూలంలో కలసిపోయిన ఉత్కృష్ట యోగికి వేఱు కర్తవ్యమేది యైనను కలదా? లేదని భావము.

వ్యాఖ్య :

మనస్సు నశించి బ్రహ్మ నిష్ఠా గరిష్ఠుడైన ఉత్కృష్టయోగి స్వస్థితిని పొందిన వాడు. వానికి ఏ కర్తవ్యము, కర్మమూ లేదు. యోగికి కర్మాచరణకై ప్రేరణనిచ్చే ఏ కోరికలు, ఏ అవసరాలు ఉండవు. ఏదైనా కర్మ చేస్తే అది తాను చేశానన్న కర్తృత్వ భావన ఉండదు. ఫలాపేక్ష ఉండదు. అతడు దేహభిన్నుడై, కర్మఫల సంయోగ శూన్యుడై, వాసనారహితుడై, అంతస్సుఖియై, ఆత్మారాముడై, తాను కర్తను అనే భావం లేకుండా ఉంటాడు.

మనోనాశము సిద్ధించిన యోగి ఉత్కృష్టమైన వాడు. అతనికి తన మనస్సు హృదయకుహరంలో ఆత్మాకారం చెందటం వలన ఆత్మలో రమించటం తప్ప మరో పనంటూ, గమ్యం అంటూ పొందవలసిందంటూ ఏమీ ఉండదు. వారు మౌనంగా ఉన్నా, వ్యవహారంలో ఉన్నా లోక కళ్యాణం జరుగుతుంది.

ఉపయోగపడేలా మలచు కోవాలంటే మనస్సు మన వశంలోనికి రావాలి.

పక్షిని బంధించుటకు వల ఏ రకంగా సాధనమగు చున్నదో, అట్లే ప్రాణాయామం ద్వారా ప్రాణవాయువును బంధించుట వలన దాని మీద ఆధారపడ్డ మనస్సు మనకు చిక్కి మనోచలనము తాత్కాలికంగా ఆగిపోవును. అపుడు ఆలోచనా రహితస్థితి మనస్సుకు స్వతస్సిద్ధము అని అనుభవపూర్వకముగా తెలుస్తుంది. అట్టి నిశ్చల మనస్సు అంతర్ముఖమై ఉండుట వలన, మనలోన ఉన్న మనోమూలమైన హృదయ కేంద్రములో స్థితి పొందుటకు ప్రయత్నము చేయుటకు వీలుపడు చున్నది.

ప్రాణాయామం ద్వారా మనస్సును నిరోధించ వచ్చు. మనోనియంత్రణ ద్వారా ప్రాణమును నియంత్రించవచ్చును. మనస్సుకి, ప్రాణానికి గల సంబంధాన్ని తరువాత శ్లోకంలో మహర్షులవారు వివరిస్తున్నారు.

12. చిత్తవాయవ శ్చిత్క్రి యాయుతాః
శాఖయోర్ద్వయీ శక్తిమూలకా॥

తా॥

మూలశక్తికి రెండు శాఖలు కలవు. చైతన్య శాఖ మనస్సు, క్రియా శాఖ ప్రాణము. ప్రాణము శరీరమునందు రాకపోకలు చేయుచు శరీరమును కాపాడు చుండును. మనస్సు బాహ్యాంతర వృత్తులు కలిగి దశేంద్రియముల ద్వారా ఆత్మకు వెలిగా సంచారము చేయుచు నొప్పచుండును.

వ్యాఖ్య :

మనస్సునకు, ప్రాణమునకు అహంస్ఫురణ మూలము. ఆ మూల శక్తినుండి మనస్సు చైతన్య శాఖగాను, ప్రాణము క్రియా శాఖగాను ఆవిర్భవించినవి. అందుచేత మనస్సు నిశ్చలమైనప్పడు ప్రాణము నిశ్చలమగును, ప్రాణము నిశ్చలమైనప్పడు మనసు నిశ్చలమగును. ఎక్కడో ఎగురుతున్న మనస్సుకి ప్రాణం ఆధారం. అందుచేతనే ఒక నిమిషం ఊపిరాడకపోతే మనస్సు గిజగిజలాడుతుంది. ప్రాణం మన వశంలో ఉంది. ప్రాణ నిరోధం వల్ల మనస్సు మన దగ్గరకు వచ్చి పడిపోతుంది.

విచారణ వల్ల మనస్సు సంస్కరింపబడి నిశ్చల మనస్సు మనకు సిద్ధించినపుడు ప్రాణం దానంతటదే నియంత్రింపబడుతుంది. అట్టి స్థితిలో మనసు వశంలో మనముండము. మన వశంలో మనసుంటుంది. ఏదో రూపాన్ని పట్టుకొని ఎల్లప్పడు మనస్సు ఉంటుంది. విచారణ వల్ల దృశ్యము మీద ఆకర్షణ తొలగినందువల్ల రూపరహితస్థితి ఏర్పడి మనస్సనేది లేదు అని అనుభూతి కలుగుతుంది. మనస్సు

ఒక్క ఆలోచనకే పరిమిత మైనప్పడు అది నశిస్తుంది. ఎందుచేతననగా మనస్సనగా ఆలోచనల ప్రవాహము. ఒక్క విషయము మీద మాత్రమే మనస్సు లగ్నం చేసినప్పడు ఆలోచనా ప్రవాహం ఉండదు. కనుక మనస్సుండదు. విచారణలో "నేను ఎవడను?" అనే ఆంతరిక శోధనలో మాత్రమే మనస్సున్నప్పడు ఆలోచనా ప్రవాహం ఆగిపోయి మనస్సుండదు. మనస్సు నిష్క్రియముగానున్నప్పడు ప్రాణము అవసరము లేదు.

ప్రాణాయామంలో తాత్కాలికంగా మనస్సు నిష్క్రియమౌతుంది. అనగా మనోలయం అవుతుంది. ఇది మనస్సుని ఏకాగ్రపరచుకొనే ఉపాయం మాత్రమే. ప్రాణాయామం తరువాత యధావిధిగా మనస్సు క్రియ సలుపుతుంది. ప్రాణాయామంలో వాసనాక్షయం జరగదు. అందుచేత మనస్సు నశించదు. ప్రాణాయామము మనస్సును తాత్కాలికంగా నిరోధించటానికి మాత్రమే ఉపయోగపడుతుంది. దాన్నే గమ్యంగా నమ్ముకుంటే ఎలా ఉంటుందంటే యోగి వేమన చెప్పినట్లు ఎలుకతోలు పట్టి ఏడాది ఉతికిన నలుపు నలుపే కాని తెలుపు రాదు అన్న చందంగా ఉంటుంది. అట్లే ప్రాణాయామం వల్ల వాసనాక్షయం కలుగదు. పునర్జన్మ బీజాలు అలాగే ఉంటాయి. వాసనాక్షయానికి విచారణ తప్పనిసరి. ఆత్మజ్ఞానాన్ని పొందేందుకు మనస్సు ప్రధానం. అది నిశ్చలమైతేనే జ్ఞానం కలుగుతుంది. అదినిశ్చలం కావాలంటే వాసనాక్షయం అవ్వాలి. వాసనాక్షయం విచారణ వల్లే కలుగుతుంది. వాసనాక్షయమైనప్పడు మనోనాశనము జరిగి తిరిగి ఎన్నడూ మనస్సు క్రియసలుపదు. అందుచేత మనోలయము పొందుటకన్నా విచారణతో పూర్తిగా మనస్సును ఉపశమింపజేసే మార్గాన్ని మహర్షులవారు తరువాతి శ్లోకంలో వివరిస్తున్నారు.

13. లయవినాశనే ఉభయరోధనే।
లయగతం పున ర్భవతి నో మృతం॥

తా॥

లయము, వినాశము ఇవి ఉభయవిధ రోధనములు. లయము పొందిన మనస్సులో మనోవృత్తులు మాత్రమే అడగి, మూలవృత్తియగు అహంకారము శేషించి యుండునపుడు తిరిగి పుట్టును. అహంకారముండు వఱకు అభ్యాస కాలమున సమాధియు నితర కాలములలో మనోవ్యాపారము కలుగుచుండును, మూలవృత్తియగు అహంకారము నశించిన (నోమృతం = చచ్చిన) మనస్సు మరల పుట్టదు. అట్టివాడు నిత్య సమాధిస్థుడు. సర్వదా ఆత్మనిష్ఠయందుండుటచే మనస్సు

చేయువ్యాపారము నందుకూడ అతడు అభేద దృష్టి కలిగియుండును, మనస్సుతో చూచువానికి సర్వత్ర భేదము భాసించును. తన్ను చూచుకొని చూచువానికి ప్రతి దృష్టిలోను, ప్రతి దృశ్యమందును గూడ ఆత్మయే భాసించును. ఆత్మ ప్రజ్ఞయే అఖండమై అన్నిటిని ఆక్రమించును.

మనోనాశమనగా మనస్సు ఆత్మాకారం పొందటమే. పరిచ్ఛిన్నమై, వికృత మైనట్టి మనస్సు బ్రహ్మముగా రూపాంతరం చెందుతుంది.

వ్యాఖ్య :

లయము, వినాశము అనే రెండిటి ద్వారా మనస్సును నియంత్రించవచ్చును. అయితే లయము చెందిన మనస్సు మరల ఆవిర్భవిస్తుంది. నాశనము చెందిన మనస్సు తిరిగి ఉద్భవించదు. లయం అనగా తాత్కాలికంగా లీనం చెందుట. ఆ స్థితిలో మనస్సు ఉంటుంది గాని నిష్క్రియముగా ఉంటుంది. అవ్యక్తమైన మనస్సు తిరిగి వ్యక్తమై సంచరిస్తూ ఉంటుంది. ప్రాణాయామం ద్వారా మనోలయం సిద్ధిస్తుంది కాని వాసనాక్షయము జరుగదు. అజ్ఞానము తొలగదు.

విచారణ చేసినప్పడు మనోనాశము కలిగి మనస్సు ఎన్నటికీ ఉద్భవించదు. మనోనాశనము అంటే సంకల్ప వికల్ప నాశనము. దీనివల్ల అజ్ఞానము (self-ignorance) తొలగి ఆత్మజ్ఞానము (self-knowledge) కలుగుతుంది.

ప్రాణాయామం యోగానికి సంబంధించినది. జ్ఞాన మార్గంలో దీనికి స్థానం లేదు.

జ్ఞానయోగంలో మనోనాశం సిద్ధిస్తుంది. కనుక, వ్యక్తిత్వము (personality, ego) నశించి మనస్సుకు చపలత్వము ఉండదు.

విచారణ ద్వారా మాత్రమే మనోనాశం కలుగు తుందని తరువాతి శ్లోకంలో మహర్షుల వారు వివరిస్తున్నారు.

14. ప్రాణబంధనా ల్లీనమానసమ్।
ఏకచింతనా న్నాశ మే త్యదః॥

తా॥

ప్రాణ బంధనముచే లీనమగు మనస్సు, ఏక వస్తువును చింతించుట వలన నాశనమును పొందును.

వ్యాఖ్య :

ప్రాణాయామం వలన మనస్సు లీనమగుచున్నది. విచారణలో "నేనెవడను" అని ఏకచింతన చేసినప్పడు మనోనాశము సిద్ధిస్తున్నది.